Bình an trong nhân gian

Hòa thượng THÍCH THÁNH NGHIÊM

Thích Quang Định *dịch*

Bộ sách
PHẬT PHÁP
ỨNG DỤNG

Duong Kobo's Book Club

Tủ sách Kỹ thuật số
dành cho
Kindle & Kobo

SCAN TO JOIN

BÌNH AN TRONG NHÂN GIAN

NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG

175 Giảng Võ - Đống Đa - Hà Nội

Tel: (024) 3851 5380

Fax: (024) 3851 5381

Website: www.nxblaodong.com.vn

Chịu trách nhiệm xuất bản:

GIÁM ĐỐC - TỔNG BIÊN TẬP: MAI THỊ THANH HẰNG

Biên tập nhà xuất bản: Lê Thị Hằng

Sửa bản in: Thaihabooks

Thiết kế bìa: Lê Huyền

Trình bày: Thu Hiền

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Thích Thánh Nghiêm

Bình an trong nhân gian / Thích Thánh Nghiêm ; Thích Quang Định

dịch. - Tái bản lần thứ 4. - H. : Lao động ; Công ty Sách Thái Hà, 2021. -

261tr. ; 20cm. - (Bộ sách Phật pháp ứng dụng)

ISBN: 978-604-320-680-7

1. Đạo Phật 2. Triết lí 3. Cuộc sống

294.3444 - dc23

LDK0116p-CIP

In 1.000 cuốn, khổ 12 x 20cm tại Công ty CP In Bản Việt, địa chỉ: Thôn Hậu Ái, xã Vân Canh, huyện Hoài Đức, Hà Nội. Số đăng ký

KHXB: 3282021/CXBIPH/146-12/LĐ. Quyết định xuất bản số: 83/QĐ-NXBLĐ cấp ngày 28/01/2021. In xong và nộp lưu chiểu năm 2021.

Chương 1
An định nhân tâm, An định xã hội

Con người thường luôn mong muốn được bảo đảm "an toàn" và "an định", luôn hy vọng hoàn cảnh, môi trường mang lại cho họ sự an toàn, an định. Nếu môi trường, hoàn cảnh không cho họ sự an toàn nào, họ sẽ có cảm giác bất an; nếu cuộc sống không dư dả về vật chất, họ cũng sẽ cảm thấy không an định.

Mối quan hệ của mỗi người chúng ta với xã hội cũng giống như mối quan hệ gắn bó mật thiết, ảnh hưởng lẫn nhau giữa con người, hoàn cảnh và môi trường. Hoàn cảnh, môi trường có thể ảnh hưởng đến con người, ngược lại con người cũng làm ảnh hưởng đến hoàn cảnh, môi trường. Nhưng rốt cuộc ai là người làm ảnh hưởng đến hoàn cảnh môi trường? Câu trả lời là: mỗi cá nhân đều có thể ảnh hưởng đến hoàn cảnh, môi trường, thậm chí chỉ là một suy nghĩ, một câu nói, nhất cử nhất động của mỗi chúng ta đều đủ ảnh hưởng đến toàn thể xã hội.

I. Tâm thanh tịnh, quốc độ thanh tịnh

Do mối quan hệ giữa cá nhân và xã hội là mối quan hệ tương tác lẫn nhau nên thái độ của xã hội hoặc thị hiếu của xã hội cũng sẽ khiến mỗi thành viên trong xã hội chuyển biến theo. Nhưng thị hiếu của xã hội do đâu mà có? Có khi do môi trường , hoàn cảnh lớn hơn tạo ra, ví dụ những gì phát sinh, lưu hành trong xã hội Nhật Bản, Mỹ, châu Âu thông thường rất nhanh chóng được du nhập vào Đài Loan thậm chí tạo thành trào lưu khó đẩy lùi, một số thị hiếu không tốt cũng được mang đến Đài Loan thông qua

phương thức này.

Có lẽ có người cho rằng sức mạnh của quần chúng nhân dân không đủ mạnh, nhất định phải có một vĩ nhân đứng ra kêu gọi mới được. Trên thực tế, vĩ nhân có sức mạnh của vĩ nhân, những người bình thường có sự ảnh hưởng của người bình thường, sức mạnh của vĩ nhân dựa trên yêu cầu của người bình thường, tập hợp lại thành tiếng nói và sức mạnh của họ; hơn nữa, những gì vĩ nhân nắm bắt được cũng chỉ ảnh hưởng trong phạm vi nhất định; nhưng sức mạnh quần chúng thường là sức mạnh to lớn đủ làm ảnh hưởng đến sức mạnh của toàn xã hội. Do đó, chỉ cần suy nghĩ hay một quan niệm nào đó của mỗi cá nhân thay đổi, xã hội sẽ nhận được những tác động khác nhau, nếu kết hợp với cả thực hành những hành vi tác động sẽ tạo ra sự ảnh hưởng càng to lớn hơn.

Tuy nói rằng "xã hội ảnh hưởng đến chúng ta, chúng ta bị ảnh hưởng từ xã hội", nhưng đứng trên lập trường giáo dục của tôn giáo, con người có thể không nhận sự tác động của hoàn cảnh, môi trường mà biến thành xấu, ngược lại có thể trở nên tốt hơn nhờ ảnh hưởng của niềm tin, do đó ảnh hưởng đến xã hội. Người ta thường nói "giang sơn dễ đổi, bản tính khó dời" đấy là cách nói tỏ rõ sự tuyệt vọng trước bản tính con người Nhưng tinh thần giáo dục của tôn giáo không làm cho bất kỳ ai thất vọng, cũng không tuyệt vọng trước bất kỳ hoàn cảnh nào.

Kinh Duy-ma-cật nói: "Sự thanh tịnh của quốc độ chư Phật phụ thuộc vào tâm chúng sinh". Học thuyết Đại thừa nói "tâm sinh khởi để từ đó mọi pháp cũng sinh khởi theo" có nghĩa là: khi lòng người thanh tịnh, những gì xung quanh họ nhìn thấy cũng đều thanh tịnh, những gì trong lòng hướng về với tâm niệm trọn vẹn ắt sẽ thực hiện được, ví như "tâm tịnh thân thanh thản, nhẹ nhàng", khi tâm an định, nhiệt độ cơ thể không thể tăng cao, sẽ chịu được sự oi bức.

Do đó, nếu nội tâm đủ thanh tịnh, thì sự cảm nhận về hoàn cảnh, môi trường, xã hội có thể rất khác biệt; nếu tâm không thanh tịnh, đầy bất bình, phẫn nộ, thù hận, đố kỵ và bất mãn, nhìn ai cũng cảm thấy là người xấu, chạm vào vật gì cũng cảm thấy đáng ghét, tất cả những điều này đều do tâm không thanh tịnh nên nhìn thấy bất kỳ hiện tượng nào cũng khiến bản thân buồn bực. Nếu tâm an định thì xã hội mà ta nhìn thấy cũng bình an hơn, khi đó ta cảm thấy tâm được an hơn.

Môi trường xã hội hiện đại đâu đâu cũng để lại dấu vết bất an cho

lòng người. Nhiều người cho rằng muốn mưu cầu an định trong lòng người trước tiên phải bắt đầu từ cải thiện cuộc sống, vì vậy họ hy vọng dùng chính trị, kinh tế, pháp luật để cải tạo môi trường xã hội. Họ mong muốn người người đều có cơm ăn, áo mặc, có nơi ở, tiếp sau là mong muốn thiết lập được các chính sách chính trị, kinh tế hợp lý và hoàn thiện thể chế pháp luật để bảo đảm cuộc sống cho nhân dân. Thế nên xưa nay các nhà chính trị, nhà giáo dục, nhà tôn giáo, nhà kinh tế đều đứng trên các góc độ, lập trường của mình để đưa ra các giải pháp nhằm xây dựng một xã hội an định.

Biết bao người đã, đang nỗ lực hết mình cho đất nước, dân tộc, xã hội; họ đều là những người đã tìm được nguồn năng lượng giúp mình an định thân tâm. Thế nhưng ý thức của con người hiện đại đối với đất nước, với dân tộc, với xã hội dần dần bị mờ nhạt, mơ hồ, vì vậy ngày nay rất nhiều người cảm thấy bản thân hình như đang sống cho qua ngày, sống lay lắt vô định. Họ không biết ngày ngày bản thân phải bận rộn vì điều gì, hoàn toàn mất đi mục tiêu của cuộc sống. Thực ra, nếu trong lòng xác định được mục tiêu, có điểm hướng đến thì ở vào bất kì hoàn cảnh nào họ đều có thể an định tâm được. Vì thế nói muốn cứu người trước tiên phải cứu lấy cái tâm. Muốn xã hội an định đúng nghĩa vẫn phải bắt đầu từ sự an định trong lòng người.

II. Tâm không dao động vì ngoại cảnh

Làm thế nào để an tâm? Điều quan trọng nhất vẫn là không để tâm mình dao động theo môi trường bên ngoài. Nếu tâm không bị ngoại cảnh tác động, đó chính là người sáng suốt; trong lòng nhất định phải tự tại, an định. Nếu tâm thay đổi theo môi trường, hoàn cảnh thì sẽ sinh ra buồn phiền. Ví như dục vọng quá mạnh mà không được thỏa mãn sẽ sinh ra phẫn nộ, do đó kéo theo những trắc trở, và có thể mang đến sự lo sợ, hoài nghi. Ví dụ như người ta đặt điều cho bạn, bạn phản ứng mãnh liệt tiêu cực; người ta khen bạn một câu, bạn liền dương dương tự đắc; bị người ta xử oan sẽ đau khổ xót xa; được người ta tâng bốc thì kiêu căng. Tuy những điều này đều phản ánh cảm xúc thường tình của con người nhưng tất cả bạn đều không khẳng định được bản thân nên mới cần người khác khẳng định cho mình. Giáo lí Phật giáo dạy chúng ta nên "giữ tâm an tịnh không để ngoại cảnh làm dao động", đấy chính là "bát phong xuy bất động" (không dao động trước tám ngọn gió cuộc đời). "Bát phong" gồm: lợi dưỡng, suy vong, hủy báng, khen ngợi, tán dương, chê bai, đau khổ, vui sướng.

Tất nhiên trong cuộc sống khó tránh khỏi nghịch cảnh, tôi thường khuyên mọi người, khi xử lý những vấn đề rắc rối nên đối diện với nó một cách thản nhiên, tiếp nhận nó, xử lý nó, gạt bỏ nó. Nói vậy cũng có nghĩa là khi gặp bất kỳ hoàn cảnh khó khăn, gian khổ thì không được trốn tránh vì trốn tránh không giải quyết được vấn đề, chỉ có dùng trí tuệ để gánh vác trách nhiệm mới có thể vượt qua vấn đề nan giải một cách đúng nghĩa.

Để đạt được sự an định trong lòng chúng ta nên tiếp nhận quan niệm bảo vệ môi trường tâm linh, tức là ít dục vọng và biết hài lòng với những gì mình có. Tuy nhiên, trong thực tế cuộc sống, không dễ dàng để làm được ngay, càng không dễ lúc nào cũng làm được điều này, nhưng nếu không ngại tập luyện hàng ngày thì dần dần sẽ có được sự an tâm.

III. Ba phương pháp bảo vệ môi trường tâm linh

Phương pháp tọa thiền, niệm Phật trong Phật giáo có thể làm cho tâm con người an định tự nhiên.

Biết hổ thẹn, biết tự kiểm điểm và biết sám hối sai lầm của mình, giống như nhà nho đã nói: “Mỗi ngày ta tự phản tỉnh ba lần”. Thực tế, một ngày tự kiểm điểm ba lần vẫn chưa đủ mà lúc nào cũng phải biết trong thâm tâm mình muốn gì, làm gì.

Thường dùng thái độ biết ơn để đối đãi với mọi người, mọi sự vật trong môi trường, hoàn cảnh sống, dốc sức cống hiến phục vụ, mục đích là để trả ơn.

Dùng ba phương pháp trên để thực hiện việc bảo vệ môi trường tâm linh, giúp chúng ta an định thân thể và nội tâm trong bất kỳ lúc nào, ở bất kỳ nơi đâu; đấy cũng chính là tự hoàn thiện nhân cách, mang đến sức mạnh an định cho xã hội, cho nhân dân.

Cuộc đời cần hơi ấm tình người, xã hội cần sự chăm sóc, nếu người người biết tự an định bản thân, tự khắc có thể làm an định người khác, do vậy mọi người phải bắt tay hợp tác với nhau, cùng xây dựng một xã hội an định.

Chương 2

An thân, an tâm, an gia, an nghiệp

Tôi không phải chuyên gia khoa học kỹ thuật, cũng không phải chuyên gia về lĩnh vực sinh lý, dinh dưỡng, phân tích tâm lý hay các vấn đề gia đình càng không phải chuyên gia quản lý doanh nghiệp; tôi là một nhà tu hành. Tôi xử lí, khai thông vấn đề dựa trên tinh thần Phật pháp. Đứng trên lập trường của tín đồ Phật giáo, tôi đem những kinh nghiệm tu học Phật pháp để xử lí các vấn đề về thân, tâm, hoàn cảnh môi trường cuộc sống nhằm đưa ra các giải pháp một cách chỉnh thể, cung cấp cho mọi người một số hướng dẫn mang tính nguyên tắc nhằm đạt được mục đích an thân, an tâm, an gia và an nghiệp.

I. Vậy chúng ta muốn ai được an thân, an tâm? Người biết cách làm cho người khác an tâm nhất định sẽ có cách để tự an tâm

1. Thực hành con đường của một vị Bồ-tát ắt phải tôn trọng người khác, nhờ tôn trọng người khác mà tâm an, thân an

Người bình thường trước tiên luôn yêu cầu an thân rồi mới yêu cầu an tâm, cũng có nghĩa là con người cho rằng cơ thể mình có được sự đảm bảo an toàn thì mới có thể an định nội tâm. Trước hết cần có sự đảm bảo an toàn cho bản thân mình, sau đó mới nghĩ đến những người khác trong xã hội.

Nhưng với người học theo Phật, lấy an tâm là nguyên tắc cơ bản để an thân, lấy việc làm người khác an ổn hoàn thành công đức tự an ổn bản thân, đây là quan niệm của một nhà tu hành theo đạo

Bồ-tát.

Do sau khi tâm đã an định, thân thể cũng tự nhiên an định. Tâm lý lành mạnh, cho dù thân thể có bệnh tật thì vẫn được coi là một người khỏe mạnh; nếu tâm lý không lành mạnh, cho dù cơ thể khỏe mạnh thì người này vẫn là người có vấn đề, đều có thể tạo thành nỗi lo lắng cho gia đình, cho xã hội.

Nếu bất kỳ lúc nào, bất cứ nơi đâu bạn đều nghĩ đến sự an toàn, an định, hạnh phúc và lợi ích của người khác trước thì bạn nhất định là một người rất an định, nhờ đó người thân, bạn bè thân thiết của bạn thấy được sự an toàn.

Thế nên, người tu hành theo đạo Bồ-tát phải quên mình vì người, an tâm để an thân.

Làm thế nào để an tâm? Điều quan trọng nhất là khiến cho tâm của chúng ta không tiếp nhận mặt tiêu cực của hoàn cảnh môi trường, cũng không vì tâm niệm lệch lạc của một cá nhân làm ảnh hưởng đến môi trường xã hội, đó chính là "bảo vệ môi trường tâm linh" mà Pháp Cổ Sơn đã đề xướng.

Làm thế nào an thân? Đó là phải thực hành "gìn giữ lễ nghi trong giao tiếp giữa người với người" mà Pháp Cổ Sơn đã nêu ra, trong đó bao gồm: phép lịch sự từ trong tâm; phép lịch sự từ trong hành vi cử chỉ của thân thể và phép lịch sự trong lời nói. Như vậy, yêu cầu chúng ta từ ngôn ngữ, thân thể cho đến hành vi động tác, biểu cảm khuôn mặt đều phải thể hiện rõ sự tôn kính, tôn trọng, cảm ơn, cảm kích và biết ơn đối với người khác.

Do chúng ta chân thành lễ phép với người khác nên điều mà chúng ta nhận lại chắc chắn là sự an định, an toàn và tất nhiên hoàn cảnh môi trường mà chúng ta sống cũng sẽ an toàn.

2. Thân tâm bình an

Nguyên nhân chính thân thể bất an là do cơ năng của cơ thể không cân bằng, Phật pháp gọi là sự mất thăng bằng của "tứ đại", cũng có nghĩa là mất điều tiết về nóng lạnh, mất điều tiết về thức ăn, ngủ không điều độ, vận động không đủ hoặc vận động quá độ, làm việc và nghỉ ngơi không đúng cơ chế vận hành sinh lí... những điều này đều khiến cơ thể của chúng ta mất cân bằng, do vậy không thể khống chế sự lo âu trong lòng, gây ra tình trạng không kiểm soát được nội tâm và cơ thể, cũng có thể làm tổn hại cho sức khỏe.

Do ngoại cảnh tác động, áp lực của hoàn cảnh, môi trường cũng có thể khiến chúng ta mất đi sự cân bằng. Vốn không định cáu giận nhưng lại cáu giận, vốn không định uống rượu nhưng lại uống rượu, vốn không định đánh bạc nhưng lại đánh bạc, vốn không định ăn uống vô độ, nhưng để nguôi đi buồn phiền liền ăn uống vô độ... tất cả mọi hiện tượng như vậy căn nguyên của nó đều là sự mất cân bằng nội tâm, cuối cùng dẫn đến cơ năng của cơ thể mất sự điều tiết.

Trong cuộc sống thường ngày, khi bạn phát hiện trong lòng có mâu thuẫn, đau khổ, mất cân bằng, trước tiên phải chú ý đến hơi thở, sau đó để ý trong lòng bạn đang nghĩ gì? Sau đó đánh giá bản thân một cách khách quan, quan sát bản thân mình tại sao lại nổi giận? Giận vì điều gì? Xem khi bạn tức giận hơi thở thế nào, tim đập thế nào? Tiếp đó hãy chú ý đến cảm giác của chính mình, có phải là rất khó chịu?

Có thể nói, khi nội tâm bất an, hãy lập tức chuyển tâm niệm sang việc quan sát mọi phản ứng của cơ thể mình, tâm trạng sẽ lập tức bình tĩnh trở lại. Cách cân bằng và ổn định thân thể, nội tâm này rất hữu ích, nhưng phải thường xuyên luyện tập.

Vì vậy, thực hành "bảo vệ môi trường tâm linh" trên thực tế là vận dụng Phật pháp để điều chỉnh "tâm" của chúng ta, tất nhiên không thể tu luyện thành Phật ngay tức thì, nhưng ít nhất có thể dùng một số phương pháp đơn giản này khiến cho cơ thể và tâm lý cân bằng.

Ngoài ra, khi gặp phải khó khăn, nếu chỉ lo lắng, đau khổ sẽ chẳng ích gì, nên tự nhắc nhủ mình niệm danh hiệu Phật A-di-đà, thánh hiệu Quan Âm Bồ-tát, cầu xin sự phù hộ của Phật, Bồ-tát cho bạn sự tự tin và sức mạnh. Trên thực tế, khi bạn niệm A-di-đà Phật hoặc thánh hiệu của Bồ-tát Quan Thế Âm thì tâm trạng của bạn đã cân bằng, ổn định trở lại.

3. An cư lạc nghiệp - Hạnh phúc và an toàn gia nghiệp

Định nghĩa "gia" là nhà hay gia đình tức chỉ những người cùng chung sống với nhau, mỗi chúng ta ai cũng có gia đình, mỗi gia đình thuộc các tầng lớp không giống nhau trong xã hội. Có gia đình chắc chắn sẽ có gia quyến, "quyến" có nghĩa là người yêu thương, thân thương, thân cận, quan tâm chăm sóc. Những người thân thuộc mà thăm viếng, quan tâm chăm sóc lẫn nhau đó đều được gọi là gia quyến. Trong gia đình, mỗi thành viên cần chăm sóc, quan tâm, động viên, thương yêu giúp đỡ lẫn nhau, nhất định

phải có trách nhiệm, nghĩa vụ và quan hệ phân chia vai vế.

Gia đình ngày này thường là gia đình nhỏ được chia ra từ đại gia đình, vì vậy khả năng an định của gia đình tương đối yếu kém, vợ chồng thường cãi nhau, ly hôn vì những chuyện nhỏ nhặt. Những đứa trẻ mới lớn đã bắt đầu chống đối, thậm chí bỏ nhà đi lang thang.

Từ một gia đình nhỏ, một dân tộc rồi dần dần mở rộng phạm vi hơn nữa, nếu chúng ta có thể coi các cơ quan, các công ty, đoàn thể mà mình phục vụ như gia đình của mình thì ta có thể mở rộng tấm lòng khoan dung.

Phật dạy chúng ta nên xem sự nghiệp của Như Lai như việc nhà, xem tất cả chúng sinh như gia quyến, gia đình, như vậy quan niệm về "gia đình", "sự nghiệp" trong Phật giáo có phạm vi rất rộng lớn.

Bồ-tát Duy-ma-cật trong *Kinh Duy-ma-cật (*Sở Vấn) coi tất cả mọi phiền não như hạt giống Như Lai, coi những điều thường tình của chúng sinh là gia nghiệp của Phật.

Chăm lo tốt cho gia đình nhỏ của bản thân mình là nền tảng của hạnh nguyện Bồ-tát, nhưng nếu mở rộng hơn, coi tất cả những muộn phiền của chúng sinh như của gia đình, gánh vác "sự nghiệp Như Lai" thì đó càng là ý nguyện sâu rộng của hạnh nguyện Bồ-tát. Nhưng mọi người chớ nên đảo ngược trật tự, nhất định phải bắt đầu từ nhỏ đến lớn thì mới thực sự đạt được an toàn, vững chắc và bình an.

II. An thân - nằm ở sự chăm chỉ, cần cù, tiết kiệm trong cuộc sống

1. Nhịp độ cuộc sống quá nhanh không hẳn đã là điều xấu, ngược lại cuộc sống quá nhàn hạ cũng chưa hẳn đã tốt

Rất nhiều người lao vào kiếm tiền nhằm "phòng khi về già, phòng khi cơ hàn", hy vọng sau khi vất vả phấn đấu kiếm tiền thì những năm tuổi già sẽ được hưởng thụ cuộc sống an nhàn, ổn định, dường như mục đích kiếm tiền chỉ để cuộc sống của chính mình có được sự đảm bảo về sau.

Do đó, rất nhiều người đều nói rằng, khi về già, điều quan trọng nhất là phải có "tiền dưỡng già". Nhưng rất nhiều người chỉ vì "tiền dưỡng già" mà vợ chồng già có thể cãi vã, cãi cọ với con trai

con gái, anh chị em, bạn bè, kết quả là "tiền dưỡng già" lại trở thành vật mang lại bất an.

Để bảo đảm an toàn, đối với quốc gia, phải là cất giấu sự giàu có nơi nhân dân; đối với cá nhân mỗi người, không ngại đem thành quả do nỗ lực mà có cất giữ trong xã hội, trong quần chúng, gửi gắm sự an toàn của mình vào xã hội, đó mới là đáng tin cậy nhất, là an toàn nhất.

Nếu chỉ mong bản thân an toàn, con cháu an toàn hàng chục, hàng trăm, hàng nghìn thế hệ sau đều phải có cơm ăn, áo mặc, có nơi ở thì cách suy nghĩ này không những không đáng tin cậy, mà ngược lại có thể còn làm hại đến con cháu. Tất nhiên, trước tiên bản thân bạn phải tạo ra của cải vật chất, gia tăng của cải vật chất, sau đó người thân, đoàn thể, xã hội mới có thể được hạnh phúc từ sự nỗ lực của bạn.

Con người cần làm việc, nhưng làm việc không phải là cuộc sống, cuộc sống không chỉ là vì sự giàu có về của cải vật chất mà làm việc, càng không chỉ là để thoả mãn sự hưởng thụ về vật chất mà lao động cần mẫn, làm việc còn vì sự lành mạnh của cơ thể, của tâm hồn và cả sự cống hiến vì lòng biết ơn.

Một người chịu thương chịu khó thường rất khỏe mạnh. Cho dù cơ thể không được khỏe, người cần cù chịu khó vẫn biết tự chăm sóc mình; người chịu thương chịu khó cũng sẽ không cô đơn. Vì vậy tôi cổ vũ những người lớn tuổi, nhất định phải có việc gì đó để làm không nhất thiết là vì tiền, nếu không đó sẽ trở thành một cách sống không lành mạnh.

Sự chăm chỉ, cần cù, nỗ lực ngoài việc khiến cho cơ thể khỏe mạnh, tâm lý ổn định, còn giúp ta có được sự báo đáp về vật chất, nhưng có được sự báo đáp về vật chất phải sử dụng tiết kiệm, nếu không sẽ sinh ra những hành vi không lành mạnh với cơ thể và tâm hồn do hưởng thụ thú vui vật chất.

Nói cách khác, chăm chỉ, cần cù, nỗ lực làm việc đồng thời cũng cần phải tiết kiệm. "Tiết kiệm", "cần cù" - hai nguyên tắc, hai phẩm chất này chính là bí quyết của cơ thể khỏe mạnh. Hơn nữa kết quả của việc tiết kiệm là sẽ có rất nhiều phúc lợi có thể cung cấp cho người khác, đến lúc đó bạn sẽ trở thành người được mọi người yêu mến, ca ngợi.

Bận, bận, bận, bận rộn nhưng đầy niềm vui! Mệt, mệt, mệt, mệt mỏi nhưng vẫn thích thú!

Người bận rộn có nhiều thời gian nhất; chăm chỉ, khỏe mạnh là tốt nhất.

Thường thì, khi bận rộn, chúng ta có thể cảm thấy rất mệt mỏi, khi mệt mỏi sẽ thấy rất buồn bực. Thực ra, bận rộn cũng là một hạnh phúc. Hoặc cũng có người cho rằng, người bận rộn chắc chắn sẽ có rất ít thời gian, trên thực tế, người bận rộn có nhiều thời gian, bởi vì họ sẽ quý trọng thời gian, sắp xếp thời gian, chạy đua với thời gian, tranh thủ thời gian để làm những việc họ nên làm, muốn làm, cần làm.

2. Thư giãn cơ thể sẽ giúp cho nụ cười luôn nở trên môi

Thư giãn có thể khiến cho cơ thể khoẻ mạnh hơn, khi gặp phải bất cứ chuyện gì, gặp bất cứ ai đều không phải sợ hãi, lo lắng. Trong lòng có cảm giác biết ơn người khác thì sẽ luôn nở nụ cười trên mặt. Nếu như thường xuyên mang trong mình trạng thái căng thẳng, âu sầu, tức giận hay là vắt óc suy nghĩ, nghĩ ngợi mông lung mà lại không biết bản thân mình là người như thế nào, trên mặt chắc chắn sẽ thiếu đi nụ cười, dẫn đến tâm lý không khoẻ mạnh, hệ quả tất yếu là cơ thể cũng không khoẻ mạnh.

Chúng ta nên giữ lòng bình lặng, đó cũng chính là không để xuất hiện trong đầu những việc lo âu, những việc không vừa ý. Bởi vì trên đời mười điều có hết chín điều không như ý. Đã biết có thể sẽ có tám, chín mươi phần trăm sẽ xảy ra việc không như mong đợi, vậy thì còn có gì có thể làm bạn không vừa lòng ?

3. Biết phúc tích phúc, làm nhiều việc phúc đức, lợi người lợi ta, rộng gieo duyên lành

Cái gọi là "đắc đạo giả đa trợ" - người đắc đạo sẽ nhận được nhiều sự giúp đỡ, "hữu đức giả bất cô" - người có đạo đức không bao giờ phải cô đơn", nếu như mọi người có thể xích lại gần với nhau hơn, biết suy nghĩ cho nhau, mang đến sự an toàn cho nhau, thì những người đó ít nhiều cũng sẽ mang lại cảm giác an toàn cho bạn, đó cũng là đạo lý "kính trọng người sẽ được người kính lại".

Tất nhiên, làm như vậy giống như kiểu "bỏ gần tìm xa", có người còn nghi ngờ nói "con người mà không vì lợi ích của bản thân mình thì trời tru đất diệt", nếu như đến chính bản thân mình cũng không dám đảm bảo, không thể lo bản thân thì liệu có thể lo được cho người khác?

Trong *Lời khuyên cho bốn chúng đệ tử* của tôi có hai câu: "Lợi ích của người khác chính là lợi ích của bản thân mình; tận tâm tận

lực là điều đầu tiên nên làm". Ở đây chính là khuyến khích mọi người nên coi lợi ích của người khác là lợi ích của chính mình, song không phải là vì lợi ích của mình trước sau đó mới là lợi ích của người khác. Tuy nhiên, chúng ta nhất định phải nỗ lực hoàn thiện bản thân trước, chăm lo tốt cho bản thân mới có thể giúp ích cho người khác, giúp cho người khác trưởng thành hơn. Nhưng mục đích của việc hoàn thiện bản thân không phải là vì chính mình, mà là vì người khác. Như vậy là bạn đã an toàn.

Cuộc đời tôi luôn theo đuổi sự trưởng thành là vì gì? Là vì "Phật pháp hay như thế, vậy mà người biết nó thì lại ít, người hiểu lầm nó thì lại nhiều". Để truyền thụ giáo lý nhà Phật cho nên bắt buộc phải tự mình tu dưỡng, tự hoàn thiện bản thân, hơn nữa còn phải vừa tăng cường học hỏi, vừa truyền đạt giáo lý Phật giáo, mở rộng nhân duyên, có như vậy mới khiến cho mình càng trưởng thành hơn.

III. An tâm – biết bằng lòng với những gì mình có trong cuộc sống

1. Cái ta thực sự cần không nhiều nhưng tham muốn thì nhiều quá đỗi!

"Cần" là gì? Là một khi thiếu nó thì không sống được. Ví dụ như là: ánh sáng mặt trời, không khí, nước, các thực phẩm tối thiểu, quần áo ấm, ngôi nhà che mưa che gió; trong thời đại chúng ta bây giờ là phương tiện giao thông, máy tính, điện thoại... đều là những thứ chúng ta cần. Nhưng những thứ này không được coi là ham muốn.

"Ham muốn" là gì? Là những món hàng xa xỉ phẩm, đồ trang sức ngoài những đồ dùng tất yếu khác, mục đích chỉ là để thoả mãn hư vinh, hoặc là chỉ để giữ thể diện trước mặt người khác. Song trong những bối cảnh, địa vị khác nhau, để có thể kết hợp ăn ý với hoàn cảnh lúc bấy giờ thì cần phải có một sự nghiêm túc nhất định, đó cũng có thể được coi là một loại cần thiết, nhưng cần phải biết mức độ để điều chỉnh thích hợp.

2. Người ta thường nói chỉ cần còn rừng thẳm thì không sợ thiếu củi đun, ngụ ý rằng còn sinh mệnh thì vẫn còn có tương lai và hy vọng. Tôi vẫn còn hơi thở, đương nhiên là đã mãn nguyện

Khi trong lòng bạn cảm thấy tức giận, lo lắng, sợ hãi, không thể giữ thăng bằng được thì hãy đọc bốn câu này, bạn sẽ có thể bình

tâm trở lại. Mặc dù chẳng còn gì nữa, nhưng vẫn còn hơi thở, chí ít vẫn chưa phải là chết; chỉ có sống mới có thể thở, chứng tỏ vẫn còn hy vọng, chứng tỏ bạn là một người có phúc báo, vậy thì hà tất phải lo lắng, buồn rầu, sợ hãi làm gì!

3. Khi theo đuổi tư lợi cũng cần phải biết thỏa mãn với những gì đang có để làm yên lòng mình. Vì phúc lợi của chúng sinh nên cần tận tâm tận lực để làm yên lòng người khác

Bằng lòng với những gì mình có thì sẽ không bao giờ có ham muốn mãnh liệt đến mức tham lam vô tận, có như vậy mới có thể khiến lòng mình cảm thấy thanh thản.

Làm yên lòng người là hành vi của Đức Phật, là một hành vi từ bi. Bắt nguồn từ bi nguyện để tạo phúc chúng sinh, mưu cầu hạnh phúc cho họ. Nếu chỉ biết bằng lòng với bản thân, điều này không chỉ không có ảnh hưởng tích cực mà thậm chí có thể dẫn đến tiêu cực.

4. Các bậc cao nhân thường yên tâm khi có đạo, người ở tầng lớp trung đẳng yên tâm với công việc, người ở tầng lớp hạ đẳng yên tâm khi có danh lợi

Người ở tầng lớp thượng đẳng yên tâm khi có đạo, phát tâm bồ đề, hành thiện tích đức. Người ở tầng lớp trung đẳng yên tâm với công việc, họ có thể tiếp nhận nhiều công việc bận rộn, để không có thời gian nghĩ đến phiền phức hoặc gây phiền phức cho người khác. Người ở tầng lớp hạ đẳng chỉ yên tâm theo đuổi những ham muốn về vật chất, danh lợi. Hy vọng mọi người chí ít có thể làm được những việc để yên lòng mình, chứ đừng giống như những người hạ đẳng kia, chỉ biết theo đuổi danh lợi mà thôi.

IV. An gia – cần biết yêu thương, giúp đỡ lẫn nhau giữa các thành viên trong gia đình

1. Chức năng của gia đình là ở chỗ biết kính trọng, giúp đỡ lẫn nhau, có tinh thần trách nhiệm, biết giữ đúng vai trò của các thành viên, cùng nhau đồng cam cộng khổ, cùng nhau trưởng thành trong quan hệ đạo đức giữa các thành viên trong gia đình.

Sự ấm áp của gia đình ở chỗ biết yêu thương, kính trọng lẫn nhau. Điều đáng quí của gia đình đó là sự giúp đỡ lẫn nhau. Ý nghĩa của việc giúp đỡ lẫn nhau là khiến cho người đang cần giúp đỡ có thể nhận được sự giúp đỡ cần thiết. Khi giúp đỡ đối phương, đừng tỏ

ra kiêu ngạo hay tự cao tự đại, đừng cho rằng mình là người ban ơn, người khác phải biết ơn, mà trái lại bạn nên thầm biết ơn họ, biết ơn vì họ đã cho bạn cơ hội để cống hiến, cơ hội trưởng thành hơn trong lúc đáp ứng nhu cầu của họ.

Nghĩa vụ và trách nhiệm của đạo đức gia đình chúng ta nhất định phải tuân thủ. Đó chính là làm cha phải cho đúng bậc làm cha, làm mẹ phải cho đúng bậc làm mẹ; làm vợ , làm chồng, làm con cái cũng phải làm đúng trách nhiệm của mỗi người, làm tốt vai trò của mỗi thành viên trong gia đình, tuyệt đối không được chấp vặt. Bởi các thành viên trong gia đình cũng giống như xã hội chúng ta vậy, đều là phân công hợp tác, mỗi người đều có công việc và nhiệm vụ riêng. Nếu như có thể làm được như vậy thì gia đình nhất định sẽ rất hoà thuận, vui vẻ.

2. Phàm là những người xây dựng trên quan hệ cùng chung sống tương ái, tương trợ lẫn nhau đều được coi là "gia đình"

Gia đình có thể bao gồm một vợ một chồng, có thể gồm nhiều thế hệ cùng chung sống, cũng có thể là một xã hội, một dân tộc, một quốc gia hay một thế giới. Phàm là người xây dựng trên mối quan hệ chung sống tương ái, tương hỗ lẫn nhau đều được coi là một gia đình.

3. Nội dung chủ yếu của an gia là tôn trọng, học tập, cảm thông lẫn nhau, đối bên cùng nhau chăm sóc, cùng nhau cảm ơn và cùng nhau cống hiến

Nếu như gia đình mới chỉ giải quyết tốt về mặt vật chất thì vẫn chưa được coi là gia đình hoàn hảo. Gia đình toàn diện là phải làm thế nào cho mỗi thành viên trong gia đình đều tận tâm tận lực thực hiện tốt nghĩa vụ và trách nhiệm của mình.

4. Thành viên trong gia đình là những người bạn cùng nhau tu dưỡng lòng từ bi và trí tuệ

Đối xử với những thành viên khác trong gia đình giống như kính trọng Đức Phật, bởi vì bất cứ lúc nào họ cũng giúp đỡ chúng ta, luôn luôn cảnh báo cho chúng ta, cho chúng ta cơ hội học hỏi, trưởng thành hơn.

Đặc biệt những người là môn đồ của Phật giáo, là người đi theo đạo Phật, bất luận tính cách, hành vi của mỗi một thành viên trong gia đình như thế nào, nhưng họ đều là có tâm hướng Phật, tất cả họ đang giúp chúng ta trưởng thành, giúp chúng ta hướng về phía trước.

Hơn nữa, Đức Phật luôn cứu khổ cứu nạn, muốn cứu khổ cứu nạn trước hết phải học chịu khổ chịu nạn, khi đã có những trải nghiệm về khổ nạn thì mới có thể đạt được sự trưởng thành thực sự, mới thực sự cảm thấy thoải mái, có thể tìm ra cách cứu chúng sinh khỏi khổ khỏi nạn.

5. Từ bi không có kẻ thù, có trí tuệ không khởi phiền não

Khi chung sống với người nhà, nếu có thể thường xuyên đọc hai câu này, gia đình nhất định sẽ vô cùng vui vẻ.

Vận dụng trí tuệ đối xử với mình sẽ không bao giờ có khởi phiền não, nếu như không có trí tuệ thì phải đi học Phật pháp, nghe Phật pháp, mượn trí tuệ của Phật để giúp đỡ và soi sáng tâm hồn mình, cũng có thể vay trí tuệ Phật để soi sáng tâm hồn người khác, đồng thời học tập tấm lòng từ bi của Đức Phật để cảm hoá, quan tâm, và kính yêu tất cả mọi người.

V. An nghiệp – nằm ở sự trong sáng và tinh tế của hành vi, ngôn ngữ và cách suy nghĩ

1. Tất cả mọi cử chỉ điệu bộ, lời nói, hành động, cách suy nghĩ đều được coi là bài tập

Thông thường mọi người thường hay nói về "an nghiệp" là chỉ chức vụ, công việc của mình phải ổn định và được đảm bảo. Song nếu như chúng ta lấy phạm vi là sự trong sáng, tinh tế của hành vi, ngôn ngữ và cách suy nghĩ, tức là trong đó đã bao hàm cả hành vi cá nhân và công việc.

Chúng ta cũng nên chú ý đến hành vi của mình, không nên hấp tấp, làm việc không có chuẩn tắc, nói lời quàng xiên, nói năng tùy tiện, tâm tính thất thường, lòng này ý khác. Đây đều là những bài học tu dưỡng mà chúng ta cần phải tuân thủ trong cuộc sống hàng ngày.

Nói sâu hơn, người tu theo đạo Phật phải tu theo hai loại nghiệp gồm "tuệ nghiệp" tức nghiệp trí tuệ; loại còn lại là "phúc nghiệp" tức nghiệp phúc đức. Nghiệp trí tuệ viên mãn, ví như là Bồ-tát Văn Thù; nghiệp từ bi viên mãn, giống như Quan Thế Âm Bồ-tát. Khi tu tập hai loại nghiệp này gọi là phúc tuệ song tu, đến khi thành tựu gọi là phúc tuệ trang nghiêm, như vậy là đã thành Phật. Các chư Phật đều lấy sự nghiệp của Phật Như Lai để an định chúng sinh, tinh thần này là tấm gương sáng cho chúng ta học tập

noi theo.

2. Thiện tài đồng tử dù gặp nhiều chướng ngại trên con đường tu tập nhưng vẫn kiên định theo tâm nguyện của đạo Bồ-tát

Những chúng sinh đã phát ra bồ đề tâm tuy là những người phàm phu, vẫn còn có khuyết điểm, nhưng họ đang ở thời kỳ đầu của quá trình tu hành đạo Bồ-tát, và được coi là những vị Bồ-tát đồng tử. Khi còn bé mới chập chững tập đi, thường đi không vững và thường hay bị ngã. Khi bị ngã nhiều thì thời gian đứng dậy sẽ ít hơn, nhưng thời gian bò trên đất lại nhiều hơn. Chính vì vậy càng phải luyện tập nhiều hơn nữa, dần dần sẽ cứng cáp và sau này mới có thể tự đứng dậy mà không cần ai đỡ.

Do đó khi là "Bồ-tát sơ cơ" phải tự nhủ bản thân rằng, bị ngã không sao hết, chỉ cần đứng dậy lại là được, tiếp tục tiến về phía trước, bước về phía trước theo con đường tu hành đạo Phật.

3. Toàn tâm toàn lực đối với hành vi của chính mình, có trách nhiệm chính là "kính nghiệp", có chí vươn lên

Tất cả mọi việc nếu như đều lấy quan điểm "lợi ích cho người khác cũng chính là lợi ích của bản thân mình" làm tiêu chuẩn để đo lường đó chính là niềm vui bên bạn bè, sống cuộc đời thanh thản.

Chăm chỉ học hành, sống chan hoà với bạn bè là điều mà các cụ ta thường khuyên nhủ con em, nhưng làm được điều này thì quả không hề đơn giản. Ngay trong những việc làm đã thành công, trong lòng cảm thấy mãn nguyện, nhưng một khi xuất hiện một vài khó khăn, trắc trở hay vấn đề khó thì có thể nghi ngờ tất cả những việc đã làm. Đặt ra câu hỏi vì ai mà phải vất vả như vậy? Nếu như trong đầu nảy ra những suy nghĩ như thế thì không thể chuyên tâm học hành, sống thanh thản với mọi người được.

"Kính nghiệp" là có trách nhiệm với những việc mình đã làm; "tinh tiến" là nỗ lực không biết mệt mỏi, tận tâm tận lực làm việc, có chí vươn lên. Nếu như luôn giữ thái độ bảo thủ đối với tâm lực, thể lực, năng lực, vậy thì không được gọi là "kính nghiệp tinh tiến".

Bất cứ hành vi nào đối với bản thân mình đều nên lấy quan điểm "lợi ích cho người khác chính là lợi ích của bản thân mình" làm mục tiêu. Không theo đuổi lợi ích cho bản thân, nhưng nỗ lực vì hạnh phúc và lợi ích của người khác. Và luôn suy nghĩ cho lợi ích trước mắt và lợi ích lâu dài của người khác. Nếu như đối diện với tất cả mọi sự việc đều bằng tâm thái như vậy, thì bất luận bạn ở

nhà, ở công ty, thậm chí ở bất cứ nơi đâu, tôi đều tin tưởng rằng các mối quan hệ của bạn sẽ tiến triển rất tốt, rất được lòng mọi người.

4. Sống ổn định và hài hoà, vững bước hôm nay, tiến tới ngày mai

Then chốt của việc tu hành phải nắm chắc hiện tại, an trú trong hiện tại. Những việc quá khứ đã qua, việc trong tương lai thì chưa tới, chỉ có giờ phút hiện tại là quan trọng nhất, nó cho chúng ta điểm tựa để có thể phát huy nỗ lực đúng lúc nhất.

Bây giờ, nếu như chúng ta có cơ hội để nỗ lực phấn đấu nhưng lại không chịu nỗ lực, có sân khấu mà không chịu diễn kịch. Bỏ qua một cơ hội chính là mất đi một lần khẳng định mình, như vậy thật đáng tiếc! Vì thế cho nên bây giờ chỉ cần có việc cho chúng ta làm, chúng ta nhất định sẽ cố gắng làm tốt.

5. Khi phương hướng đã rõ ràng, những bước đi tiếp theo phải vững vàng, chắc chắn

Trong cuộc đời của mỗi con người đều nên xác định sớm hướng đi cho riêng mình. Phải tính đến tài năng, hứng thú, cùng với tất cả những tố chất vốn có của bản thân bao gồm sức khoẻ, sự thông minh và tâm nguyện để làm căn cứ phán đoán, từ đó sẽ tìm được phương hướng lớn trong cuộc đời mình là gì.

Một khi đã xác định phương hướng rồi sẽ không được dễ dàng thay đổi, vị trí có thể thay đổi ví dụ như là hôm nay làm giám đốc, ngày mai nhận chức chủ tịch hội đồng quản trị; hôm nay là con trai, ngày mai đã có thể làm bố; hôm nay là vợ, ngày mai đã có thể là mẹ. Địa vị có thể không ngừng thay đổi, nếu như địa vị của mỗi người không hề thay đổi, dẫn đến chỗ đứng cũng không được điều chỉnh, như vậy là không tiến bộ, không phải là một người linh hoạt.

Sau khi chọn ra phương hướng đúng đắn, nắm chắc phương hướng, sau đó phải từng bước thực hiện nó, thận trọng trong từng bước đi tiếp theo. Nếu việc gì cũng làm được như vậy thì nhất định sẽ dẫn đến thành công.

6. Lấy trí tuệ để kiểm chứng hướng đi, lấy từ bi để đối nhân xử thế

Có rất nhiều người do ảnh hưởng của môi trường bên ngoài, sự thay đổi của thời đại và những nhân tố khách quan khác, thêm vào đó điều kiện của bản thân cũng không được đầy đủ liền nảy sinh ra cảm giác mù mịt, mất phương hướng, không biết nên làm

thế nào? Giống như khi bạn đi đến ngã ba đường, không biết phương hướng của mình rút cục là nằm ở hướng nào?

Trong lúc như thế tôi thường tự phản tỉnh, nghĩ rằng : "Phương hướng lớn cơ bản là của đời mình gì?" Nếu như phát hiện ra rằng tình hình hiện tại cách mục tiêu ban đầu quá xa, lúc đó sẽ phải dùng trí tuệ phán đoán để tìm cách thay đổi nó.

7. Không được ích kỷ, phải tự tìm kiếm sự an lạc thanh nhàn cho bản thân, không được đánh giá quá cao về khả năng của mình, không được tùy tiện hứa cho qua chuyện

Đừng nhìn lợi ích trước mắt, lợi ích cá nhân mà nên nhìn những lợi ích lâu dài, lợi ích cho số đông mọi người.

Sự trưởng thành về nhân phẩm cùng với sự kiên cố, vững chắc của tâm bồ đề mới là thành công lớn nhất.

Thành công cần nhiều yếu tố, nhiều tầng diện; nó không phải chỉ là ở trong một sự kiện đặc biệt nào hay ở trong một hoàn cảnh đặc biệt nào đó mới gọi là thành công. Cho dù nhất thời tiền bạc, địa vị, sự nghiệp đều không đạt được như mong đợi, thì cũng không được phép đánh mất đi tâm bồ đề, đừng để đánh mất nhân cách bản thân. Cho dù mọi sự nỗ lực của mình đều không đi đến thành công, song chỉ cần trưởng thành hơn về nhân cách, phát triển hơn về nhân phẩm thì đó mới chính là thành công thực sự.

Mọi việc trên đời đều dựa nhiều yếu tố, nguyên nhân tạo thành. Các nhân tố này không phải chỉ một người là có thể kiểm soát được nó, chủ yếu vẫn là sự nỗ lực của cá nhân, song vẫn cần có sự hỗ trợ của mọi người xung quanh thì mới có thể thành công được. Cho nên, khi mọi việc đang thuận buồm xuôi gió thì đừng đắc ý mà quên đi nhiệm vụ; khi gặp gian nan vất vả cũng không được sa sút tinh thần; khi tình hình tiến triển tốt hơn cũng không quên tinh thần cảnh giác; khi tình hình trở nên tồi tệ cũng không được phép đánh mất lòng tin, mất ý chí; rất có thể thời cơ, hoàn cảnh, điều kiện sẽ đến và tình hình cũng có thể chuyển biến tốt ngay tức khắc.

Cho nên dùng hai quan niệm nhân duyên, nhân quả ở đây là hy vọng bạn có thể dũng cảm đối diện với hiện thực, mở ra tương lai mới, sẽ không oán trời trách người, cũng sẽ không ghen tị hay ngưỡng mộ người khác. Bởi vì không có thất bại nào là vĩnh viễn, cũng không có người nào suốt đời đều là thành công.

Chương 3

Bảo vệ môi trường tâm linh – tâm tịnh quốc độ tịnh

Làm sạch xã hội điều trước tiên bắt buộc phải làm trong sạch lòng người; Muốn tịnh hóa nhân tâm cần phải nhận thức được bản thân mình; Làm trong sạch lòng người sẽ làm trong sạch môi trường xung quanh; Thiết lập cõi Niết bàn chốn nhân gian; Hoạt động "bốn bảo vệ" tức bốn yếu tố liên quan đến cuộc sống con người của Pháp Cổ Sơn. Đó là những hình thức bảo vệ môi trường tâm linh hữu hiệu do Pháp Cổ Sơn đề xướng, đúng như lời dạy của chư tổ: "Tâm tịnh, quốc độ tịnh".

I. Muốn làm sạch xã hội, điều phải làm trước tiên là làm trong sạch lòng người

Xã hội là môi trường có rất nhiều người cùng nhau sinh sống, cũng là nơi diễn ra các hoạt động giao lưu giữa các bên. Chỉ cần có một người trong đó phát sinh trạng thái không bình thường, những hành vi ngôn ngữ, hành vi cử chỉ biểu hiện ra bên ngoài của người đó sẽ có thể ảnh hưởng đến mọi người xung quanh.

Tư tưởng của người trong xã hội hiện nay là nỗ lực theo đuổi và ra sức thực hiện mục tiêu của cả đời người. Cách nghĩ như vậy là cách nghĩ có vấn đề. Nếu như mỗi một người đều có thể nghĩ được "tận tâm tận lực là điều đầu tiên phải làm, không cần tranh giành xem tôi - bạn được bao nhiêu" thì trào lưu xã hội này mới có thể thay đổi.

Công tác làm trong sạch xã hội được thực hiện bất kể tầng lớp cao thấp, quyền thế lớn nhỏ, mỗi một người đều phải sống có trách

nhiệm. Chỉ cần mọi người thực hiện xuất phát từ ý nghĩ trong sâu thẳm trái tim mình thì sẽ giảm thiểu được rất nhiều vấn đề bất cập tồn tại trong xã hội.

II. Muốn tịnh hóa nhân tâm cần phải nhận thức được bản thân mình

1. Cái tôi tự tư - ích kỷ

"Nhân tâm" ở đây là gì? Nhân tâm - lòng người được coi là một khái niệm trừu tượng, mọi quan niệm, cách nghĩ, dục vọng hay nguyện vọng của người phàm trần đều được gọi là nhân tâm; còn cái tôi được gọi là cái tôi tự tư - cái tôi ích kỷ.

Ích kỷ tồn tại trong tâm mỗi con người, đó là sự thực hiển nhiên; tất cả chúng ta có thể nói được rằng những việc mình làm đều là vì xã hội, vì quốc gia, dân tộc, nhưng khi tự hỏi lại lòng mình, tôi e rằng chưa chắc những lời nói đó lại là sự thực. Vì vậy người ta nói rằng "10 năm đèn sách không ai hỏi, một khi nổi danh thiên hạ thì ai cũng biểu dương, khen ngợi"; vậy rốt cuộc chúng ta đọc sách thánh hiền là vì ai? Và ai là người nổi danh thiên hạ? Sau khi nổi danh thì ai là người áo gấm vinh quy? Hay nói thẳng ra, tất cả đều là vì bản thân mình.

Thông thường, chúng ta có thể phân tích tình hình, hoàn cảnh của người khác một cách rất cẩn thận và tỉ mỉ, và thậm chí có thể đưa ra những ý kiến, quan điểm cho họ; mọi phê bình, chỉ trích, yêu cầu đối với người khác ta đều có thể nói ra rõ ràng mạch lạc được. Dù người ta hay nói "biết người biết ta, trăm trận trăm thắng", nhưng trên thực tế việc tự hiểu bản thân mình còn khó khăn gấp nhiều lần việc hiểu được người khác. Bởi con mắt, cái tai của con người đều hướng ra phía ngoài để nghe và nhìn, có rất ít người có thể nhìn thấu, nghe thấu được hàm ý bên trong đó, cũng giống như khi ta giơ tay ra là để chỉ anh kia, chỉ chị này, chỉ đông, chỉ tây, chứ rất hiếm ai tự chỉ vào lương tâm của chính mình, hoặc lắng nghe những âm thanh đang thẩm vấn lương tri trong tâm mình.

Cũng chính vì vậy, chúng ta rất dễ dàng khuếch đại những gì mình đạt được, và thường không chấp nhận cống hiến, thành quả của người khác, thậm chí có những lúc tự cảm thấy ngượng ngùng khi cổ vũ họ một vài câu, nhưng liệu việc đó có phải là lời lẽ xuất phát từ đáy lòng hay không thì e rằng rất khó nói.

2. Giới hạn của "bản thân"

Cái gọi là "bản thân" ở đây chỉ thân thể của một người nào đó, bao gồm các bộ phận như đầu, chân, tay, mắt, mũi… Nhưng còn "thân thể" ở nơi đâu? Thân thể tồn tại trong môi trường sống của chúng ta, bao gồm môi trường tự nhiên và môi trường xã hội.

Thân thể chỉ tồn tại trong thời gian ngắn, nó bắt đầu từ khi sinh ra, và lớn lên trưởng thành từng ngày, và cũng tiếp cận với cái chết từng ngày. Tuy thân thể là thứ chiếm hữu tạm thời, nhưng trước khi nó rời xa thế giới này ta cần phải trân trọng nó, chăm sóc nó và vận dụng nó theo đúng mục đích; dù có người cho rằng thế giới này đầy rẫy nguy hiểm, dù một tôn giáo nào đó cũng cho rằng ngày tận cùng thế giới sắp đến, nhưng sự thực là nó vẫn chưa đến, và ta vẫn cần phải bảo vệ thân thể.

Nếu nói thân thể là bản thân mình, thì ai biết đó có phải là "bản thân" mình không ? Nếu ta nói rằng, trong tâm tôi biết đây chính là bản thân tôi, vậy thì cái tâm của tôi là thứ gì đây?

Cái "tâm" ở đây là sự nối liền ăn khớp và tiếp diễn của quan niệm, của tư tưởng, quan điểm và của tín ngưỡng ; từng quan điểm từng quan điểm nối tiếp nhau và đó chính là hoạt động của cái tâm, khi quan điểm đó ngừng hoạt động tức cái tâm cũng sẽ không tồn tại nữa.

Cái "tâm" có công năng riêng của nó. Nó có thể tạo ra thế giới to lớn và vũ trụ bao la này, nhưng nó cũng có thể hủy diệt chính cái thế giới và vũ trụ đó. Nó đem đến cho chúng ta hạnh phúc, nhưng cũng có thể đem lại tai họa bất cứ lúc nào. Rất nhiều lí luận triết học và tín ngưỡng tôn giáo trên thế giới này đều bắt nguồn từ "tâm niệm" - quan niệm về cái tâm.

Một vài năm gần đây, các chính trị gia tại Đài Loan ra sức tranh cãi về quan niệm, về tư tưởng và chính sự bất đồng quan điểm đó khiến cho giữa con người với nhau ngày càng có nhiều mâu thuẫn. Theo lí mà nói, chính trị gia là người cứu nước cứu dân, các nhà hoạt động tôn giáo thì cứu người, nhưng tại sao một số nhà chính trị lại phát động chiến tranh để thúc đẩy mở rộng quan niệm của mình? Còn một số tín đồ tôn giáo lại giết người hàng loạt để tuyên dương tín ngưỡng yêu mến con người của chính dòng phái tôn giáo đó? Chỉ vì cứu đời mà họ đã phá vỡ nền hòa bình của thế giới, vì cứu người mà lại giết người. Từ đó ta thấy rõ rằng, mỗi một cá nhân đều có phạm vi của riêng mình, một khi xảy ra xung đột với thế giới xung quanh sẽ sản sinh ra thái độ

chống kháng lại.

3. Trình tự của bản thân

Nội dung của "bản thân" có thể phân theo một vài trình tự sau từ bé đến lớn: thứ nhất là cái tâm của tôi, thứ hai là thân thể của tôi, thứ ba là xã hội và môi trường tôi sinh sống, thứ tư là chỉnh thể địa cầu này, thứ năm là cả vũ trụ này là thân thể của tôi. Nếu có thể nâng cao và mở rộng đến hết năm cung bậc nêu trên thì lòng tự tư ích kỉ sẽ ít đi, ngược lại cảm giác an toàn sẽ ngày càng tăng lên.

Một lần có nhân viên của công ty bảo hiểm nhân thọ đến mời chào tôi đặt hàng, tôi liền hỏi anh ta: "Bảo hiểm nhân thọ có thể đảm bảo cho tôi không thể chết được không ?", anh ta liền đáp lại: "Thưa thầy, không thể được ạ". Tôi lại hỏi: "Vậy thì còn bảo hiểm cái gì nữa?". Anh ta nói rằng : "Sau khi chết thì gia quyến sẽ nhận được một khoản tiền bảo hiểm hỗ trợ về kinh tế!". Sau đó tôi nói với anh ta rằng : "Người được hưởng lợi từ tôi chính là toàn bộ chúng sinh trên thế gian này, tất cả họ đều là người được hưởng quyền lợi từ khoản tiền bảo hiểm của tôi".

Thực tế, khi nói đến "bảo hiểm" đồng nghĩa rằng bản thân sinh mệnh, toàn bộ tài sản và sự an toàn của chúng ta đều có thể gặp nguy hiểm. Hay nói theo cách khác, thế giới này chẳng có cái gì là an toàn tuyệt đối, nếu đã biết như thế thì ta càng cần phải đối diện với sự thực để giải quyết vấn đề, có như vậy trong lòng mới cảm thấy an toàn; bằng không, nếu cứ theo đuổi sự an toàn có thể dẫn đến kết quả là khiến cho bản thân mất cảm giác an toàn.

III. Làm trong sạch lòng người sẽ làm trong sạch môi trường xung quanh

Sau khi lòng người được tịnh hóa, làm trong sạch, thì môi trường xung quanh nhất định cũng sẽ trở lên trong sạch; tịnh hóa môi trường chỉ giải quyết được phần ngọn của vấn đề, còn việc tịnh hóa nhân tâm mới được coi là gốc rễ của vấn đề. Một vài chuyên gia bảo vệ môi trường từng nói với tôi rằng : "Tinh thần của con người là phần quan trọng nhất, khi tinh thần và khoa học kỹ thuật cùng phối hợp với nhau thì mới thực sự có thể giải quyết được các vấn đề về môi trường, đồng thời giữ cho môi trường trong sạch lâu dài khắp nơi trên thế giới". Tôi thấy đây là một quan điểm hết sức đúng đắn.

Sau khi Đức Thích Ca Mâu Ni thành Phật, ngài bắt đầu uốn nắn và sửa chữa sai lầm từ lòng người, từ chính việc cải thiện nhân tâm, đó cũng chính là công việc "bảo vệ môi trường" cho tâm linh của mỗi chúng sinh. Và sau này người ta biết đến ngài như một bậc thầy vĩ đại trong công cuộc vận động bảo vệ con người, mà bắt nguồn từ chính cái tâm của họ.

Khái niệm "tu hành" được nhắc đến trong Phật giáo chính là việc sửa chữa những sai lầm, khuyết điểm của bản thân ta về hành vi, cử chỉ, lời nói; mà đặc biệt là chú trọng việc tịnh hóa hành vi tâm lí của chúng sinh. Bởi sau khi tịnh hóa tâm, thì hành vi ngôn ngữ và hành vi thân thể của ta tự nhiên sẽ được sửa đổi đúng đắn. Nếu hành vi tâm lí không được tu chỉnh lại, thì dù vẻ bên ngoài ta cố gắng tuân thủ quy tắc nhưng có thể đó là minh chứng sự sợ hãi những quy tắc, quy luật của pháp luật hoặc sợ chỉ trích lên án của dư luận, và sẽ lộ nguyên hình khi người đó chỉ có một mình hoặc khi cùng xuất hiện với những cá nhân có hành vi sai lệch và có cùng quan niệm như anh ta, thậm chí anh ta tự an ủi mình rằng : "Mọi người đều làm như vậy, thì sao ta lại không thể làm được như vậy?" Hoặc "nếu mình không ăn thì người khác sẽ ăn mất, nếu mình không cầm thì người khác cũng cầm mất, chỉ cần mình thích thì có gì là không thể?" - Tất cả đây đều là những lí lẽ sai lệch, và sau khi chúng trở thành phong trào, thành nếp sống thì xã hội của chúng ta sẽ gặp rất nhiều tai ương, hiểm họa.

Do vậy, việc uốn nắn lòng người theo hướng đúng đắn cần phải xuất phát từ quan niệm về nội tâm, chỉ cần xoay chuyển quan niệm theo hướng đúng thì quan niệm đó cũng sẽ được tu chỉnh lại. Mặc dù ai trong chúng ta cũng đều có quan điểm, tư tưởng , cách nghĩ riêng của mình – những quan điểm này đã được hình thành từ khi còn nhỏ cho đến lúc trưởng thành nên thật khó để có thể xoay chuyển cải biến chúng trong thời gian ngắn. Nhưng tâm trí con người thường uyển chuyển, nhu nhuyến, dễ dàng thích nghi với hoàn cảnh và môi trường sống xung quanh, họ có thể thay đổi khi được giáo dục tốt, chỉ cần có lòng thương yêu nhân loại, có sự nhẫn nại, có lòng bao dung tha thứ, cố gắng thấu hiểu và mở rộng lòng mình đón nhận những người xung quanh thì họ cũng sẽ đón nhận lại ta bằng cả tấm lòng và sự chân thành.

Nhưng tình hình giáo dục hiện nay chủ yếu tập trung ưu tiên phát triển các ngành khoa học kĩ thuật và kinh tế mà bỏ qua mất việc giáo dục nhân cách cho học sinh sinh viên. Do đó tôi hi vọng rằng nền giáo dục trong tương lai quan tâm hơn nữa đến giáo dục nhân cách, cân bằng lại chương trình giáo dục khoa học kĩ thuật với các ngành thuộc khối nhân văn nhằm tịnh hóa nhân tâm của

toàn xã hội. Sau đây tôi xin đưa ra một vài quan điểm như sau:

1. Tinh thần phụng sự

Ngay từ khi còn nhỏ cha mẹ chúng ta đều có kì vọng vào các con rằng sau này chúng sẽ là những người tài giỏi xuất chúng, và cũng vì vậy, chúng ta cũng phải tranh giành nhiều thứ khác như sự vinh dự vẻ vang, danh tiếng lẫy lừng, tài sản, quyền lực, địa vị xã hội, hoặc cả sự đồng tình hay ủng hộ của người khác. Lẽ tất nhiên, việc tranh giành thành công không đem lại điều xấu gì cho bản thân, nhưng trong quá trình đấu tranh đó nếu muốn thành anh hùng xuất chúng mà chèn ép, đàn áp người khác quả là hành vi vô đạo đức.

Chỉ cần thay đổi quan niệm, dùng cống hiến của mình để giành lấy thành quả, cống hiến càng nhiều thì càng thể hiện sự thành công của bản thân; và nếu như cống hiến của ta đem lại nhiều sự giúp đỡ và lợi ích cho người khác, giúp họ giải quyết khó khăn, thì đó lại là một niềm vinh dự lớn lao.

2. Tích phúc để được hưởng phúc

Theo quan niệm của người bình thường, khi bản thân có phúc báo thì ngay lập tức họ dùng mọi hình thức, mọi phương pháp để tận hưởng cái phúc đó, tận hưởng cuộc sống, tận hưởng quyền lực và thành quả. Họ cho rằng nếu đã có được phúc báo mà không hưởng thụ thì há chẳng phải kẻ ngốc sao?

Xét dưới quan niệm của Phật giáo, phúc báo của một người là hữu hạn, cũng giống như việc không ai có thể có tài khoản vô hạn trong ngân hàng, dù là nhà tư bản thì tài khoản của họ cũng có hạn, chỉ có điều họ giàu có hơn thường dân mà thôi. Hơn nữa, dù ta tích cóp cổ phiếu, vàng, đô- la thì đều không có ổn định. Chỉ cần tình hình thế giới thay đổi, tình hình chính trị biến động, xã hội loạn lạc thì tất cả tài sản tích cóp đó đều cuốn bay theo gió chỉ trong vòng một đêm. Vì vậy, Đức Phật răn dạy chúng ta rằng : tài sản chỉ để cung cấp cho năm đối tượng sau đây: kẻ dùng bạo lực chính trị để cướp đoạt, đạo tặc trộm cướp, nước, lửa, và những kẻ bất tài.

Nhưng những người không có quan niệm tích phúc lại cho rằng : "Mặc kệ họ, một mình bản thân tôi làm sao có thể dùng hết nguồn tài nguyên trên trái đất này? Ngay cả đến đời con, đời cháu tôi thì trái đất chắc cũng không có vấn đề gì, vẫn còn chưa đến mức bị hủy diệt!". Dưới lập trường của Phật pháp, thời gian là vô cùng vô

tận, chúng sinh cũng vô cùng, vô hạn, vô lượng, chỉ cần trái đất tồn tại thêm một ngày thì chúng sinh sẽ sống thêm được một ngày.

Nguồn tài nguyên thiên nhiên của trái đất là có hạn, nếu chúng ta khai thác quá mức, vô độ mà coi đó là một sự hưởng thụ phúc báo thì thực chất đó chính là sự lãng phí, là tổn phúc; mức độ lãng phí càng nhiều thì càng tổn phúc, mất hết phúc báo. Đó không chỉ là sự lãng phí về mặt vật chất, mà đó còn là sự tổn hại về mặt tâm linh của chúng sinh, những ác báo được tạo thành sẽ do chính chúng ta gánh chịu, thậm chí kéo dài cả đến kiếp sau.

3. Đối diện với sự thật bằng quan niệm nhân quả, nỗ lực hết mình bằng quan niệm nhân duyên

"Nhân quả" - theo mối quan hệ thời gian thì những gì chúng ta tạo ra của ngày hôm nay, kết quả của nó sẽ hiện hữu ngay trong tương lai sau này; còn những gì ta đón nhận ngày hôm nay là kết quả của những gì ta làm xưa kia để lại. "Nhân quả" được chia thành hai loại, thứ nhất là cộng nghiệp - chỉ nghiệp chung, giống nhau của chúng sinh ví dụ như nhân quả mà toàn thể nhân loại, toàn cầu cùng gánh chịu, cùng có được; loại thứ hai là biệt nghiệp - tức chỉ những nghiệp khác nhau của từng cá nhân, chúng sinh, ví như mỗi người đều phải gánh chịu nhân quả của quá trình sinh mệnh, từ thế giới vô lượng quá khứ đến thế giới vô lượng trong tương lai, từ giai đoạn này sang giai đoạn khác.

Người bình thường chỉ có thể nhìn thấy, thừa nhận và tìm hiểu nguyên nhân, kết quả của lịch sử, bởi tất cả hành vi của người xưa dù là xấu hay tốt, cống hiến hay phá hoại nhân loại thì chúng ta đều hưởng thành quả cũng như tai họa mà nó mang lại, hay nói cách khác là ta đang tiếp nhận thành quả của người xưa. Nho giáo cho rằng : "Tích thiện chi gia, tất hữu dư khánh " - ý nói rằng nếu tổ tông làm nhiều việc có đức thì ắt con cháu sẽ được phồn vinh hưởng lộc; ngược lại, nếu tổ tông thất đức, làm nhiều việc xấu hại dân hại nước thì nhất định sẽ để lại báo ứng là gieo rắc tai họa cho con cháu. Quan niệm nhân quả như vậy thiếu chính xác, đôi khi lại không phù hợp với thực tế. Bởi có nhiều gia đình mặc dù rất nỗ lực hành thiện tích đức nhưng vẫn bị tuyệt con cháu nối dõi tông đường, những trường hợp đáng tiếc như vậy trên thế gian này có rất nhiều, cũng có người cho rằng ông trời không có mắt, một gia đình tốt như vậy mà lại không được hưởng phúc, không có được kết quả tốt đẹp.

Tín đồ Phật giáo tin rằng, sinh mệnh mấy chục năm của một

người cũng chỉ là một khúc nhỏ trong số vô vàn dòng chảy sinh mệnh trùng trùng điệp điệp vô cùng vô tận; khúc trước của quá khứ có quá khứ vô lượng, và kiếp sau của đời này lại là kiếp sau vô cùng tận. Nhưng quan niệm về "tam thế" này, tức quan niệm về ba thế giới quá khứ - hiện tại - tương lai còn tồn tại rất nhiều điều mà người không phải tín đồ Phật giáo không thể tiếp nhận được. Vì vậy, có người từng nói với tôi rằng : "Nếu Hòa thượng có thể chứng minh cho tôi thấy, thì tôi mới tin nhân quả của tam thế". Tôi nói với họ rằng, đây là một sự thật, cũng như ta trồng dưa thì được dưa, mà trồng táo thì được táo vậy.

Cho nên chúng ta bắt buộc phải đối mặt với sự thực, bởi hiện thực trước mắt bắt nguồn từ quá khứ đến hiện tại, đồng thời cũng phải chịu trách nhiệm cho những hành vi ta làm trong quá khứ, và phải tiếp nhận nó, tiếp nhận kết quả từ quá khứ để lại.

Người ta thường nói: "Trồng dưa được dưa, trồng đậu được đậu". Nhưng đôi khi ta trồng dưa mà lại không được dưa, trồng đậu lại không được đậu, còn kẻ không trồng dưa lại được dưa, kẻ không trồng đậu lại được đậu; có người thì một bước lên tận mây xanh, có kẻ thì lại long đong lận đận cả đời. Do đâu có trường hợp này?

Nhân quả ắt phải có nhân duyên phối kết hợp. "Nhân duyên" là mối quan hệ tồn tại trong quá trình hình thành từ nguyên nhân chuyển sang kết quả, được tạo ra bởi vô vàn nhân tố chủ quan và khách quan khác nhau, thậm chí có thể không phải do năng lượng của con người tạo thành, mà đó chính là do mối quan hệ của hoàn cảnh sống tạo nên. Cho nên ta không chỉ nhìn vào hiện tượng mà đưa ra những kết luận vội vàng.

Mỗi người đều có những mối nhân duyên khác nhau, vì vậy điều quan trọng nhất là tận tâm tận lực, dốc hết sức cống hiến bằng chính quan niệm nhân duyên này, đó mới chính là đối diện với hiện thực.

IV. Thiết lập cõi Niết bàn chốn nhân gian

Cõi Niết bàn chốn nhân gian là quan niệm mà Phật giáo đại thừa thường nhắc tới. Vậy rốt cuộc cõi Niết bàn chốn nhân gian là gì? Nó tồn tại ở chỗ nào? Liệu con người có thể tạo ra nó được không ?

Trong *Kinh Duy-ma-cật* có nói rằng "tùy kì tâm tịnh, tắc Phật thổ tịnh", tức chỉ việc nếu cái tâm của ta trong sạch thì thế giới mà ta đang tồn tại cũng trong sạch. Đây không phải là việc tự vừa ý, tự mãn nguyện, mà chỉ rằng, tâm của ta trong sạch, cho dù thế giới

này có ra sao ta đều không chịu bất cứ ảnh hưởng nào và thế giới mà ta nhìn thấy và cảm nhận được cũng trong sạch như thế. Khi Đức Thích Ca Mâu Ni thành Phật, ngài nhận thấy đạo lí rằng, muôn vạn chúng sinh đều có Phật tính, và cõi Sa bà - tức cõi nhân gian sinh sống sẽ trở thành cõi Niết bàn.

Trong cuộc sống thường nhật ta hay nghe người ta nói "ước gì được nấy", khi trong lòng cảm thấy vui vẻ thì dù trời có đổ mưa cũng thấy ý vị đầy chất thơ, khi trời lạnh cũng cảm thấy thoải mái, hay như trời nóng cũng thấy thật ấm áp. Khi trong lòng khó chịu, bất an, buồn phiền, u sầu, chỉ cần nhìn thấy người khác cười cũng cho rằng họ đang cười chế nhạo mình.

Tôi từng chứng kiến một cặp vợ chồng cãi nhau, nhưng con của họ lại đang chơi rất vui vẻ ở bên ngoài. Khi về nhà nó vừa nhảy, vừa hát và gọi lớn tiếng bố, mẹ con đã về. Không ngờ người mẹ liền mắng mỏ, còn người cha giáng cho nó một cái tát. Thực ra đứa trẻ đó rất đáng yêu, chỉ là nó gặp phải lúc cha mẹ cãi nhau, đang trong tâm trạng không tốt liền bị đánh, bị mắng. Vì vậy, thế giới này có thể là cõi Niết bàn, cũng có thể là địa ngục trần gian, tất cả đều do chúng ta quyết định.

Khi tôi hướng dẫn tu thiền thường hay động viên những người tham gia rằng, dù trong bất cứ hoàn cảnh nào đều phải giữ cho trong lòng được vui vẻ, cái này trong Phật giáo gọi là "tùy hỷ" - tùy theo hoàn cảnh, tùy theo sự việc, tùy theo người mà vui vẻ. Thực ra, điều này không hề dễ dàng chút nào cả, khi con người ta nỗ lực kiếm tiền vì miếng cơm manh áo, thăng quan phát tài, sinh con, lấy vợ... thì nhất định có nhiều việc không như ý. Còn nếu trong nhà xảy ra chuyện không thuận lợi hoặc nghe thấy có kẻ nói xấu sau lưng, chỉ trích mình thì liệu ta có thể "tùy hỷ" được hay không ? Khổng Phu Tử từng nói: "Văn quá tắc hỷ, tri quá tất cải" – tức chỉ khi nghe thấy người khác nói ra lỗi lầm mình phạm phải thì vui vẻ mà nghe nhận, khi đã biết sai thì phải sửa. Điều này không hề dễ dàng thực hiện được. Đã là nhà tu hành thì dù không tỏ vẻ mặt vui mừng thì cũng không nên phản bác đối phương, nhưng đôi khi trong lòng vẫn dấy lên một chút lo lắng.

Nếu ta không thể có cảm giác vui vẻ trước bất cứ sự việc nào, bất cứ người nào, hay bất cứ lúc nào thì người không may mắn bị tổn hại chính là bản thân mình. Bởi người ta đã mở rộng tấm lòng đón nhận mình, mà mình còn không mở rộng vòng tay đón nhận họ, há chẳng phải là kẻ ngu đần sao? Chi bằng thay đổi một chút quan điểm sống , thì tự nhiên ta sẽ lĩnh hội được "tâm tịnh quốc thổ tịnh" - tức cái tâm có được trong sạch thì quốc thổ cũng được

trong sạch. Tôi lấy ví dụ như khi vợ chồng cãi nhau, nếu một bên có thể giữ được "tùy hỷ" và dùng tấm lòng vui vẻ cảm ơn ông trời vì có cơ hội quan tâm đến đối phương thì việc cãi nhau đó ắt sẽ không thành.

Nếu giữa vợ chồng với nhau có thể giữ vững được "tùy hỷ", chồng tung vợ hứng thì có ảnh hưởng tích cực đến con cái và các thành viên khác trong gia đình, cũng như ảnh hưởng đến đồng nghiệp khác trong công việc. Một cá nhân có thể gây ảnh hưởng trực tiếp hoặc gián tiếp đến một vài người khác và cuối cùng đến vô số người, mở rộng về mặt không gian, kéo dài về mặt thời gian, đây cũng chính là "chiếc đèn vô tận" được nhắc đến trong bộ *Kinh Duy-ma-cật*.

Ví dụ này trong *Kinh Duy-ma-cật* nhằm coi bản tính của chúng ta nhân hóa thành ánh sáng soi rọi khắp nơi của chiếc đèn gọi là "chiếc đèn vô tận". Và cũng giống như quầng sáng, vòng sáng khắc họa trên lưng, trên đầu tượng Phật. Ánh sáng đó là ánh sáng của trí tuệ, ánh sáng của từ bi và cũng là ánh sáng của cái tâm trong sạch. Ngược lại, cái tâm chất đầy phiền não, cái tâm không trong sạch, dơ bẩn sẽ không thể nhìn thấy ánh sáng trí tuệ, ánh sáng từ bi đó.

V. Hoạt động "bốn bảo vệ" của Pháp Cổ Sơn

Chúng ta cùng sinh sống trên trái đất này, giống như một con thuyền mà nếu ta bất cẩn làm hư hại đáy thuyền thì tất cả người ngồi trên đó sẽ bị nhấm chìm xuống đáy biển sâu thẳm; cũng giống như trong cùng một bể cá, chỉ cần một con thải ra chất thải bẩn thỉu thì cả đàn cá trong đó phải chịu cảnh sống trong dơ bẩn ô nhiễm. Người ta thường nói việc ai người nấy quản, chỉ cần quan tâm đến sự an nguy của bản thân là được, không màng tới sống chết của người khác. Tuy vậy, người ta cần hiểu rằng bản thân hoàn cảnh là một chỉnh thể hoàn chỉnh, đến nỗi ngay cả từng hơi thở nhịp đập con tim của mỗi người chúng ta đều liên quan đến nhau. Do vậy, chỉ cần sống chung dưới cùng một hoàn cảnh xã hội, ta tuyệt đối không được nhìn người khác bị hại mà làm ngơ coi như không liên quan gì đến bản thân mình, thực chất hậu quả trực tiếp hay gián tiếp của nó đều có thể xảy đến với bản thân mỗi chúng ta bất cứ lúc nào và ở bất cứ nơi đâu.

Pháp Cổ Sơn từng tổ chức rất nhiều cuộc tọa đàm về chủ đề "bảo vệ tâm linh", và cũng thúc đẩy nhiều hoạt động khác như: "bảo vệ các loại hình lễ nghi trong giao tiếp", "bảo vệ cuộc sống", "bảo vệ

thiên nhiên”... Thực tế, việc chúng tôi làm thì chỉ là như muối bỏ biển, bởi cả môi trường này có biết bao con người còn sức lực của một nhóm chúng tôi thì có hạn. Tuy vậy chỉ cần có mục tiêu chính xác thì dù có ít người hưởng ứng nhưng chúng tôi vẫn tiếp tục làm được.

Đầu năm 1993, Pháp Cổ Sơn phát động phong trào “ngày trong sạch”, tất cả hơn 5.000 tín đồ Phật giáo từ khắp các vùng trên địa bàn cùng nhau dọn dẹp vệ sinh môi trường, và có người từng nói rằng sau này môi trường dơ bẩn thì sẽ mời hội viên của Pháp Cổ Sơn đến dọn dẹp. Đây là một quan niệm hết sức sai lầm, chúng tôi không phải là đội công nhân dọn vệ sinh, mà là người khởi xướng lên quan niệm về “ngày trong sạch”, hi vọng có thể dùng những kiến thức còn chưa sâu sắc của mình mà thu thập được nhiều cao kiến, ý tưởng hay hơn, thúc đẩy phong trào phát triển mạnh hơn. Tôi hi vọng mỗi một gia đình, mỗi một cá nhân đều giống với những tín đồ này, đều tự biết cách chăm sóc gia đình mình, và quan tâm đến môi trường sống của mình nhiều hơn cho dù có đi đến bất cứ nơi đâu đều có thể bảo vệ môi trường sống tại nơi đó. Có như vậy thì môi trường của chúng ta mới trong sạch, lành mạnh và là cõi Niết bàn chốn nhân gian, là cõi bồng lai tiên cảnh. Như vậy thì hoạt động “bốn bảo vệ” - liên quan đến cuộc sống con người của Pháp Cổ Sơn - mới có thể thành công.

Chương 4

Khơi dậy ánh sáng trong lòng người

Việc làm trong sáng nhân tâm – làm trong sáng lòng người và làm trong sạch xã hội không phải đến ngày nay ta mới cần có, mà nó cần có ngay từ khi hoạt động xã hội của loài người xuất hiện và cũng là một trong những hoạt động cố gắng thúc đẩy phát triển từ sau khi Đức Thích Ca Mâu Ni thành Phật.

Nói tới việc khơi dậy ánh sáng trong lòng người, trước hết phải giải thích về ý nghĩa của chữ "ánh sáng". Gọi là "ánh sáng" ở đây chỉ trí tuệ trong sáng hoặc những niềm hi vọng chính đáng, cũng có thể nói đây là tấm lòng từ bi nhân từ và vẻ mặt rạng rỡ tin yêu hạnh phúc của con người; nói một cách sâu xa hơn, nó chính là thứ gì đó hội tụ đầy đức tính, hình hài dáng vẻ của Đức Phật, và những đặc tính đó chỉ được nhận ra bằng sự giác ngộ.

I. Ánh sáng và bóng tối là hai khái niệm đối lập nhau

Ánh sáng được cho là hiệu ứng chiếu sáng của những tia sáng lung linh, bản thân nó không những không hấp thụ các tia sáng mà còn có thể đem tia sáng chiếu trực tiếp và phản xạ lên đồ vật. Cũng giống như mặt trời, mặt trăng, các vì sao, ngọn lửa đều mang đến ánh sáng cho thế giới tự nhiên. Bản thân ánh sáng là một loại năng lượng bởi nó có thể sản sinh ra nhiệt nóng, và nhiệt này sinh ra năng lượng mới, khi có năng lượng thì nó có thể mang lại cho con người những nhu cầu thiết yếu cho cuộc sống.

Ngược lại, nếu là bóng tối thì không những không phát quang mà

còn hấp thụ ánh sáng, do đó là ánh sáng và bóng tối là hai khái niệm đối lập nhau, những nơi có sự hiện hữu của bóng tối thì ánh sáng tất sẽ bị hấp thụ hoặc bị ngăn cản lại. Trên sân khấu của nhân loại, ánh sáng và bóng đêm loại trừ lẫn nhau, cái này tồn tại thì cái kia biến mất và ngược lại, cứ như thế tiếp tục thay đổi không ngừng nghỉ.

Trong thế giới của chúng ta, từ cổ chí kim, có rất nhiều người hành thiện tích đức, có rất nhiều vỹ nhân đều có một thời tỏa sáng huy hoàng, đem sức mạnh và cống hiến của họ dâng lên cho xã hội quần chúng, và kết quả là thế hệ sau như chúng ta thậm chí những thế hệ vô cùng vô tận sau này, tất cả nhân loại chúng sinh đều được hưởng ân huệ mà họ tạo ra.

Có một loại người tự thân có thể tạo ra được sự tỏa sáng huy hoàng, nhưng cũng có những người tỏa sáng bản thân nhờ vào người khác, cũng giống như tôi không có chút ánh hào quang nào, chỉ có thể mượn ánh hào quang của Phật pháp chiếu vào chúng sinh. Do đó mà dù bản thân không có tài cán gì, nhưng chỉ cần có cái tâm thì ta vẫn có thể tỏa sáng nhờ vào người khác. Có rất nhiều người dựa dẫm vào thành quả và sự nổi tiếng của người khác để nổi danh mà vẫn chưa cảm thấy mãn nguyện hài lòng, không ngừng buồn phiền lo âu.

Tuy thành quả cống hiến và sự cố gắng của người đời hay bị kẻ xấu khai trừ, nhưng những ai có lòng tự tin, có năng lực thực sự vẫn không ngừng tỏa ra những tia sáng thành công và năng lượng của mình để cùng chia sẻ với thế giới, với nhân loại ví như các bậc thánh hiền, anh hùng hào kiệt trong lịch sử xa xưa. Đôi khi có nhiều người tuy tỏa sáng vang danh thiên hạ nhưng lại bị kẻ xấu hãm hại liền cảm thấy thất vọng tràn trề, bất lực, tự trách móc bản thân, và rất dễ rút lui, không có chí tiến thủ. Những người như thế được xếp vào hạng phàm phu.

Dưới quan điểm của Phật pháp, dù là kẻ phàm phu hay người đọc sách thánh hiền, về cơ bản đều có thứ ánh hào quang, nhiệt lượng, năng lượng, năng lực ngang bằng nhau. Đặc biệt là những tín đồ theo đạo Bồ-tát, trong tâm họ luôn luôn tồn tại tâm nguyện chịu khổ chịu nạn cho chúng sinh, luôn thề nguyện dốc hết sức lực, sinh mệnh của bản thân vì chúng sinh, đem hết khả năng giúp đỡ người khác mà không hề than thân trách phận, không hề ai oán. Họ giống như mặt trời không ngừng tỏa sáng chiếu khắp nhân gian, không hề sợ hãi trước những đám mây đen kịt kéo đến. Do đó mà chúng ta cần noi theo nhật, nguyệt, tinh tú và cả những chiếc đèn cầy nhỏ bé không ngừng tỏa sáng dù nơi đó có con

người sinh tồn hay không, có ai biết đến hay không hoặc có ai ngăn cản hay không, nhất tâm nhất ý dốc toàn sức lực chiếu rọi nhân gian.

Có thể có người cho rằng bản thân mình không có chút ánh sáng hào quang nào, nhưng thực tế, ánh sáng đó được phát rọi ra từ chính trong tâm họ, chỉ cần tự tin, cố gắng hết sức, đối đãi nhân nghĩa với người khác, có lòng từ bi ắt ánh sáng đó sẽ tự phát ra, và tôi biết rằng thứ ánh sáng đó ai ai trong chúng ta đều có, chỉ có điều nó tỏa sáng trong bao lâu với cường độ sáng như thế nào mà thôi.

II. Ánh sáng của luân lí và sự công bằng, chính trực luôn soi rọi vào xã hội

Trong thời đại ngày nay, với con người hiện đại thì khái niệm về luân lí là điều cổ xưa nhưng hết sức mới lạ, thậm chí nhiều thanh thiếu niên còn có thái độ kháng cự chống đối. Mọi người không hiểu rõ vấn đề nằm ở chỗ nào và còn rất mơ hồ về quan niệm luân lí mới. Vì vậy chúng ta thực sự cần thiết đưa ra những điều chỉnh hợp lí, thích hợp giữa đạo đức cũ và luân lí mới.

Rất nhiều người lớn tuổi khi gặp tôi thường đưa ra ý kiến rằng ta nên đề cập đến vấn đề đạo đức luân lí, bởi giới trẻ ngày nay có rất ít người hiểu được việc hiếu thuận với cha mẹ, tôn trọng người lớn tuổi, và vô lễ với cấp trên. Vì vậy họ hi vọng khi tôi diễn thuyết hoặc tiếp đón các giới truyền thông nên giảng giải nhiều hơn về vấn đề này; nhưng luân lí mà con người ngày nay nhắc tới có chút gì đó khác biệt với quan niệm xưa kia. Luân lí trước kia chỉ là đơn phương yêu cầu đối phương làm hết trách nhiệm, còn luân lí ngày nay lại yêu cầu sự hỗ trợ hoạt động qua lại của hai bên, và đây cũng chính là quan điểm đúng đắn của Phật giáo.

Gần đây có một nam thanh niên khoảng ngoài 20 tuổi bị cha mẹ mời cảnh sát áp giải anh ta đến bệnh viện tâm thần nhiều lần. Và anh thanh niên này đến tìm tôi, than thở rằng : “Thực ra cháu không hề mắc bệnh tâm thần, nhưng bố mẹ cứ cho là cháu bị tâm thần”. Tôi liền khuyên nhủ anh ta rằng : “Lời dạy người xưa có câu: những gì cha mẹ làm đều là vì tốt cho con cái”. Anh ta liền nói rằng : “Câu này hoàn toàn sai đối với cha của cháu, cháu là con trai của ông ấy mà ông ấy lại bắt cháu vào bệnh viện tâm thần, làm sao lại có người cha như thế chứ?”. Sau đó tôi hỏi lại anh ta: “Vậy thì rốt cuộc vì lí do gì mà sự tình đến nỗi này?”. Anh ta bảo rằng : “Bởi vì cháu thi ba năm mới đậu được đại học, hơn nữa cháu

không thích học ở trường đó, và có dự định muốn thi lại vào năm tới, cha cháu liền cho đó là hành vi không bình thường, có vấn đề về thần kinh". Và từ đó anh ta đều thi không qua các môn học ở trường, nguyên do là vì sao vậy? Đó là bởi anh ta đối phó chống lại việc học, anh ta học hành như vậy rốt cuộc là vì bản thân mình hay là vì cha của anh ta?

Về chuyện này, xét dưới góc độ lập trường của người cha mà nói thì đứa con đó mắc bệnh thần kinh. Nhưng dưới góc độ của đứa con đó thì hành vi của người cha là hoàn toàn sai, đây quả đúng là một người cha quá mong muốn con thành tài nhanh chóng, gấp gáp, không hiểu cách nghĩ, cách tư duy và quan điểm của con mình, và hậu quả là sự phản kháng kịch liệt của người con.

Thêm một ví dụ khác, con trai muốn kết hôn nhưng cha mẹ lại phản đối, khiến cho giữa cha con xảy ra mâu thuẫn, thậm chí còn cắt đứt quan hệ cha con. Cha mẹ cậu thanh niên đó có đến tìm tôi, tôi nói rằng : "Bây giờ người muốn kết hôn là hai vị hay là thiếu gia nhà hai vị? Đối tượng mà con cái muốn chung sống kết hôn cùng là đối tượng phù hợp với tiêu chuẩn mà anh ta đề ra mà!". Họ liền phản bác lại: "Không thể được, là con trai của chúng tôi thì phải nghe lời chúng tôi". Kết quả là đứa con này bỏ nhà ra đi. Sau đó, đôi vợ chồng này lại đến tìm tôi lần nữa, tôi liền nói với họ rằng : "Hãy tự để con trẻ quyết định cuộc sống hôn nhân của chúng đi!". Họ liền hỏi lại tôi: "Lẽ nào để chúng kết hôn là xong chuyện sao?". Tôi mới khuyên rằng : "Lo lắng thì sẽ có chuyện, còn buông lỏng thì sẽ chẳng sao". Cuối cùng cậu thanh niên đó đem cả bạn gái đến gặp tôi, tôi hỏi: "Sau khi anh chị kết hôn thì liệu có thể chăm sóc cha mẹ được không ?". Đôi vợ chồng trẻ liền đáp: "Đương nhiên là có thể". Và tôi cũng khuyên họ sau khi kết hôn cần phải kính trọng và giúp đỡ lẫn nhau, chịu khó chăm lo gia đình, đừng để cha mẹ nói rằng anh chị kết hôn sẽ không có hạnh phúc, sau khi nghe những lời khuyên này đôi thanh niên nam nữ này liền cảm động rơi lệ. Quả nhiên sau vài năm kết hôn, cả gia đình sống đầm ấm vui vẻ bên nhau, hiện bây giờ gia đình đã có ba đời là đời ông – bà, đời cha – mẹ và đời con cái, họ cũng thường lui tới chùa của chúng tôi bái Phật.

Những bậc cha mẹ như vậy không có gì là sai trái nếu chiếu theo quan niệm luân lí trước kia. Lệnh cha lệnh mẹ và lời mai mối hôn nhân là điều hết sức bình thường trong xã hội cũ, nhưng trong xã hội ngày nay, chưa chắc nó đã đúng. Con người hiện đại ngày nay nên tôn trọng những đứa con đã đến tuổi trưởng thành, để chúng có quyền tự quyết định lựa chọn của mình, bậc cha mẹ quan tâm đến hôn sự của con cái cũng chỉ nên đóng góp ý kiến, tuyệt đối

không nên bắt ép con cái phải tuân theo sự sắp xếp an bài của mình.

Tuy quan niệm luân lí hiện đại ngày nay có mối quan hệ mật thiết tới đời sống con người, nhưng nó cần phải có phạm vi cụ thể, ví như trách nhiệm, quyền lợi của cha mẹ chỉ nên giới hạn trong mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái, đó cũng chính là việc quan tâm và được quan tâm, tôn trọng và được tôn trọng, nếu vượt qua khỏi phạm vi này ắt sẽ không kiểm soát được và dẫn đến mâu thuẫn đối lập, bất đồng quan điểm, như vậy càng không phải là luân lí công bằng, hợp tình hợp lí nữa.

Ngoài ra, giữa con người với nhau nên đứng trên lập trường của chính mình, dốc hết khả năng, sức lực làm tròn bổn phận và trách nhiệm của mình ở mọi nơi, mọi lúc. Ví như người mẹ, vừa là vợ, vừa là con gái, con dâu, mẹ chồng, học sinh, cô giáo, bà chủ, hay nhân viên, trong từng trường hợp khác nhau thì có thân phận khác nhau. Nếu có thể hoàn thành tốt trách nhiệm, nhiệm vụ của bản thân dưới cương vị nhiều thân phận khác nhau trong nhiều hoàn cảnh khác nhau thì có nghĩa là họ đã biến mối quan hệ luân lí trở thành hiện thực.

Nhưng tuyệt đối không được đứng trên lập trường của mình, dựa vào thân phận mình mà yêu cầu người khác. Ví như việc cha mẹ chỉ biết yêu cầu con cái phải làm như thế này, hoặc người vợ yêu cầu người chồng phải làm như thế kia mà không hề tự hỏi lại bản thân, điều đó đã mang lại nhiều điều bất an, sự quấy nhiễu và bất bình cho những người xung quanh. Nếu mỗi cá nhân chúng ta có thể tự yêu cầu bản thân phải làm hết trách nhiệm thì thế giới này sẽ là thế giới của sự quang minh bởi làm hết trách nhiệm sẽ phát ra thứ ánh sáng hào quang tỏa ra nhiệt lượng mạnh mẽ truyền đi sự ấm áp cho tình người.

Có lần tôi tham gia một hội nghị quốc tế và ngồi cạnh một vị ni cô. Vị ni cô này có lúc thì lên sân khấu diễn thuyết, có lúc thì làm chủ tịch tổ chức hội nghị, còn tôi thì ngồi im tại vị trí dành cho khán giả nghe. Một đồ đệ của tôi nhìn thấy tình cảnh này, và khi trở về nói với tôi rằng : “Sư phụ, thầy không phải nghiên cứu về giới luật sao? Sao mà vị ni cô đó ngồi ở ghế hàng trên, có lúc ngồi ở giữa, sư phụ lẽ ra phải ngồi trước vị ni sư đó, nhưng lại ngồi sau thậm chí ngồi cạnh vị ấy nữa, thế này thì còn thể thống gì nữa?”. Thực ra tôi không hề sai! Là đồ đệ của tôi đã sai, bởi vị ni cô đó là người triệu tập hội nghị, bà ấy là chủ tịch hội nghị thì đương nhiên bà ấy phải ngồi ghế chính. Mối quan hệ giữa khách và chủ, thực chất là một loại hình luân lí; ta nên quan sát thân phận trong từng hoàn cảnh

lúc đó mà đối đãi cho đúng với luân lí, không thể cứng nhắc. Trong thời đại Phật Thích Ca Mâu Ni, khoảng trước khi chưa có ni cô xuất hiện trong giới tăng ni và người thường theo lệ thì không có chuyện ni cô lên diễn thuyết hoặc chủ trì hội nghị. Nhưng xã hội hiện đại ngày nay lại khác, đây là quan hệ luân lí mới mẻ, nhưng nó công bằng và hợp lí.

Xã hội ngày nay của chúng ta vô cùng phức tạp, nhưng cũng có trật tự giáo điều rõ ràng. Những giáo điều đó chính là luân lí, nếu trong luân lí không tồn tại già trẻ, trên dưới thì xã hội đã loạn từ lâu. Một người trong hoàn cảnh khác nhau hoặc trong cùng một hoàn cảnh thì có thân phận và lập trường khác nhau với người khác, ví như làm hết, làm đủ trách nhiệm, an phận thủ thường thì xã hội này không cần phải đề phòng lẫn nhau, ngược lại hết sức hòa đồng, đoàn kết, yên bình, ai ai cũng tỏa ra ánh hào quang từ trong tâm mình.

Xã hội loạn lạc và mất trật tự chính là nguyên nhân dẫn đến sự phá vỡ quan niệm về luân lí. Tôi hi vọng mọi người có thể tự biết thân biết phận làm tròn trách nhiệm, bổn phận thì xã hội này sẽ ngày càng trở lên tốt hơn. Khi cái tâm của con người phát ra ánh hào quang, thì vùng đất xung quanh họ cũng sẽ trở thành cõi Niết bàn.

III. Sự hổ thẹn, sám hối và lòng biết ơn sẽ soi rọi ánh sáng vào trong lòng người

Một người nào đó nếu không biết hổ thẹn hay sám hối tức là anh ta không biết tự thức tỉnh, không biết kiểm điểm bản thân mình, và là kẻ không tự nhận thức được mình là ai. Trong tâm loại người này không hề le lói một tia sáng nào. Ánh sáng có tác dụng chiếu sáng vào vật thể, nếu có thể tự hiểu mình và hiểu biết người cũng như sự vật xung quanh thì đó chính là đạo lí "biết người biết ta, trăm trận trăm thắng".

Vì sao lại cần phải biết mình trước, còn biết người khác sau? Bởi một người nào đó không thể hiểu hết được mình, chỉ biết được ưu điểm mình có, mà cố gắng che đậy khuyết điểm xấu xa thì rất dễ khuếch trương, và trở thành kẻ kiêu ngạo, tự cao tự đại, tự cho mình là số một, làm gì cũng đúng. Làm như vậy không những ngăn cản hào quang phát sáng mà còn dễ bề khinh bỉ kẻ khác, đây chính là loại người ngu ngốc nhất, và tất nhiên sẽ không được mọi người đón nhận trừ phi chúng đem lại lợi ích cho kẻ khác, hoặc những kẻ ton hót nịnh bợ vây quanh. Họ không thể dùng cái đức

khiến người khác phục tùng, và do không có cái tâm trong sáng nên không thể dùng trí tuệ soi sáng cho chúng sinh được.

Có lần, trong một cuộc hội thảo về phương pháp tu hành ngồi thiền bảy ngày, có một vị tri thức xuất sắc mới khoảng ngoài 30 tuổi đã trở thành giáo sư và đưa ra báo cáo như sau: Trước khi tiến hành tu thiền bảy ngày, vị giáo sư này luôn nghĩ rằng mình là người tốt có nhân phẩm, đạo đức cao thượng, ngay cả những người xung quanh anh ta cũng tán đồng ý kiến này. Nhưng sau khi thời hạn bảy ngày kết thúc, anh ta mới phát hiện bản thân mình không phải là người tốt đến như vậy. Bởi trước kia anh ta chỉ biết dùng quan điểm, cách nghĩ của mình giúp đỡ người khác mà ít khi suy xét đến nhu cầu thực sự của đối phương, anh ta đã bỏ qua cảm nhận trong lòng của người được giúp đỡ. Trong quá trình ngồi thiền bảy ngày, sư phụ mới gợi ý rằng cần phải tôn trọng người khác, tha thứ cho họ, không được đem chiếc giày mình đeo quen rồi bắt người khác cũng phải đeo. Lúc này anh ta mới tự thức tỉnh mình rằng, thì ra việc giúp đỡ người khác trước kia thực ra cũng chỉ là khoa trương bản thân mình mà thôi.

Tôi liền ca ngợi anh ta rằng : “Anh vốn dĩ là một người tốt, sau khi tham gia tu ngồi thiền bảy ngày tôi thấy anh tiến bộ lên rất nhiều, anh đã hiểu được việc tự thức tỉnh bản thân, tự kiểm điểm và tấm lòng giúp đỡ người khác của anh sẽ càng thiết thực hơn”. Anh ta bèn đối đáp lại: “Thật đáng xấu hổ!”.

Một người sau khi tu hành có thể tự nhận ra lỗi lầm và tự thấy hổ thẹn, tự biết kiểm điểm bản thân khiến cho nhân cách của anh ta ngày càng được nâng cao, khiến cho tia sáng nhỏ bé đang le lói trong tâm càng lớn mạnh hơn, khiến người đời càng thấy cảm động hơn, và cũng từ đó tạo cho anh ta cảm giác mình là người có nhân có đức.

Một trong bốn vị đại sư Trung Quốc có tầm ảnh hưởng lớn thời hiện đại có tên là Ấn Quang đại sư - tự phong cho mình danh hiệu là “thường tàm quý” - tức “hay hổ thẹn”, ý nói ngài thường hay hổ thẹn với bản thân. Các cao tăng như đại sư Ấn Quang thường luôn cảm thấy hổ thẹn với lòng mình, những người dân thường thì sao?

Sau khi tìm hiểu ý nghĩa của hai chữ “hổ thẹn”, thì xin chúng sinh hãy dùng phương pháp này tự thức tỉnh mọi hành vi cử chỉ của bản thân, có như vậy ánh hào quang trong tâm mỗi chúng ta mới ngày càng mạnh mẽ hơn, và giúp ích nhiều hơn cho chính bản thân mình và người khác. Ví như người mẹ dạy dỗ con cái, khi

giảng giải đạo lí cho các con nghe nhưng bất lực trước hành vi của con trẻ liền đánh đập chúng, nhưng sau khi bình tĩnh họ lại thấy hối hận vì đã đánh con, lúc này có thể nói rõ cho chúng hiểu nguyên nhân vì sao mẹ lại đánh và nói với chúng rằng mẹ thấy hối hận vì những việc mình làm, chắc chắn bọn trẻ không còn phẫn nộ và sợ hãi nữa, ngược lại chúng sẽ cảm nhận được tình thương bao la mà người mẹ dành cho mình. Còn về phía con cái, sau khi bị cha mẹ đánh đòn cũng không nên tức giận phẫn nộ mà nên tự hỏi xem mình đã làm sai chuyện gì, bởi những hành vi sai trái do mình gây lên sẽ khiến cha mẹ buồn lòng, và cũng nên biểu đạt rõ ý sám hối, ăn năn về hành vi sai trái đó.

Nếu giữa cha mẹ và con cái thường xuyên dung hòa mối quan hệ, luôn luôn ý thức được sự hổ thẹn về hành vi không đúng của mình thì dù có rơi vào tình cảnh xung đột gay gắt cũng có thể biến chiến tranh thành hòa bình, và mối quan hệ giữa hai thế hệ ngày càng hòa đồng hơn, hạnh phúc gia đình ngày càng được củng cố, sum vầy ấm áp bên nhau, và đặc biệt là rất có lợi trong việc giáo dục con cái. Còn giữa vợ chồng với nhau thường xuyên giữ được ý thức tự thức tỉnh bản thân và cảm giác hổ thẹn thì chắc chắn họ sẽ có một cuộc sống vợ chồng viên mãn hòa thuận.

Tuy nhiên chỉ có sự hổ thẹn thôi vẫn chưa đủ, mà còn cần hơn nữa là hiểu được ăn năn sám hối. Trong Phật học, có hai danh từ thường dùng để chỉ cái nghiệp của chúng sinh, đó chính là nghiệp trắng và nghiệp đen. Nghiệp trắng chỉ thiện nghiệp - tức chỉ cái thiện, chỉ công đức mình tu được, là sự quang minh chính đại. Còn nghiệp đen chỉ tội lỗi, tội ác xấu xa, chỉ sự mờ ám tối tăm. Sám hối tức là làm cho cái xấu xa tội lỗi chuyển hóa thành cái thiện, và khiến cái thiện trở thành cái thiện hơn, tỏa ánh hào quang của trí tuệ, của nhân cách, soi rọi rõ đường đi nước bước cho người khác.

Nếu trong lòng có việc làm trái lương tâm, hổ thẹn với người đời, chỉ cần ta dũng cảm đối diện, nhận lỗi thì mọi gánh nặng, áp lực sẽ giảm đi rất nhiều, đó mới chính là công năng tác dụng của sám hối. Khi bản thân tự giác ngộ mình đang mang nhiều nghiệp ác, sau khi sám hối thì trong lòng ta sẽ cảm thấy thanh thản nhẹ nhõm hơn rất nhiều, sức khỏe cũng được cải thiện, đây cũng chính là quá trình chuyển từ bóng đêm sang ánh sáng hào quang.

Với việc sám hối, ngoài tự nhận mọi tội lỗi do mình gây ra cần phải chịu trách nhiệm về mọi hậu quả, trách nhiệm mà hành vi đó mang lại, đồng thời phải hạ quyết tâm hướng thiện sửa chữa lỗi lầm, nhất quyết không để tái phạm lỗi lầm tương tự nữa.

Nhưng kẻ phàm phu tục tử thường gây ra lỗi lầm mà không biết mình đã sai, dù có biết cũng cho rằng nhân vô thập toàn, không ai là hoàn toàn không mắc sai lầm cả. Điều đó chỉ có tính chất tự an ủi bản thân mà thôi. Những kẻ biết sai mà không sửa gọi là kẻ không biết sám hối. Còn người biết sám hối nhất định là người biết hổ thẹn. Do vậy mà sau khi phát hiện lỗi lầm và cảm thấy hổ thẹn cần phải sám hối, có như vậy mới sửa chữa được khuyết điểm của mình và không còn tái phạm nữa.

Sám hối, nhẹ thì tự trách móc bản thân, quyết tâm sửa đổi, còn nặng hơn nữa thì sám hối với Đức Bồ-tát từ bi, cầu mong ngài chứng giám cho việc bản thân mình tự gánh vác mọi trách nhiệm, lập công chuộc tội. Người ta thường nói, đánh kẻ chạy đi chứ không ai đánh người quay lại, chúng ta cũng vậy, đều nên tạo cơ hội mới cho những người biết sai mà sửa chữa chứ không nên ép buộc họ vào con đường cùng, ngay cả Đức Phật, Bồ-tát còn chứng minh chứng giám cho điều này, thì có lẽ nào chúng ta lại không làm được. Và việc sám hối trước Đức Bồ-tát từ bi sẽ hiển linh trước khi nghiệp chướng xảy đến.

Tác dụng của sám hối là rất to lớn. Nó có thể nâng cao phẩm chất cho con người, giúp họ tự nhận ra lỗi lầm, và cũng tạo hiệu ứng ảnh hưởng khiến người khác học tập noi theo. Người ta sẽ thấy trong lòng nhẹ nhõm, thanh thản hơn sau khi sám hối về hành vi sai trái, lỗi lầm của mình. Đồng thời mọi áp lực về mặt xã hội cũng giảm đáng kể, quả báo phải gánh chịu cũng ít đi, và đặc biệt đem lại nhiều lợi ích cho hạnh phúc gia đình, thăng tiến trong sự nghiệp, và sự hòa thuận trong xã hội. Do đó mà mỗi cá nhân chúng ta phải luôn luôn giữ được lòng sám hối trong tâm mình.

IV. Nhìn lại mình bằng lòng hổ thẹn, nhìn nhận thế giới bằng lòng biết ơn

Phật pháp có tám vạn bốn nghìn phương pháp tu hành, có thể nói là vô số vô lượng. Bởi con người có vô vàn phiền não và rắc rối, vì vậy, Phật pháp cũng phải có tương ứng vô vàn phương pháp giải quyết rắc rối đó dưới nhiều góc độ khác nhau. Còn việc làm sao để nội tâm phát ra ánh hào quang thì có rất nhiều cách, ngoài hổ thẹn và sám hối, ta còn có thể dùng lòng biết ơn để nhìn nhận thế giới này.

Rất ít người nhớ đến ân huệ mà người khác dành cho mình, ngược lại họ thường hay ghi nhớ công sức và sự cố gắng nỗ lực mình bỏ ra là bao nhiêu. Thực ra, nếu suy nghĩ tường tận thì những gì mỗi

người đầu tư công sức bỏ ra là nhỏ bé, nhưng thành quả đạt được lại thật nhiều. Ví như về mặt thời gian thì khi bài viết này hoàn thành sẽ có lịch sử 2.500 năm bởi nguồn gốc Phật pháp trong tôi bắt nguồn và hình thành dần từ những tri thức về cái thiện của thời sư phụ, sư tổ của tôi, thậm chí từ cả thời Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, bởi một người không thể tự trở thành cao tăng hay sư tổ được. Xét về mặt không gian, sự in ấn, xuất bản, phát hành của bài viết này là kết quả từ chính sự đóng góp lớn lao sức người sức của cùng với trí tuệ, tâm lực của biết bao con người.

Cho nên bất cứ việc gì đều có mối nhân duyên tương quan của riêng nó, vì thế mà chúng ta có được ân huệ của vô vàn chúng sinh. Dù là một hạt thóc nhỏ bé nhưng cũng đủ để đại diện cho sự cống hiến, mồ hôi công sức của nhiều người. Chu Tử răn dạy người đời rằng : dù là miếng cơm hay miếng cháo, ta đều phải biết có được nó không dễ dàng gì, dù là sợi tơ hay sợi chỉ thì cũng phải gian khổ mới tạo ra được nó. Đây cũng chính là quan niệm biết ơn, uống nước nhớ nguồn của nhân gian.

Một khi trong tâm luôn có quan niệm biết ơn người khác thì ta luôn nghĩ đến việc làm sao để đền đáp công ơn này. Còn nếu muốn báo ơn nhất thiết bản thân phải tự trưởng thành, tự hoàn thiện, có nghĩa là từ trong lòng mình ta phải tự biết cách phát ra ánh sáng của sự từ bi, ánh sáng của trí tuệ, khiến cho con người của ngày hôm nay và con người của mai sau nhìn thấy nó, được hưởng thơm lây và giúp họ phát ra hào quang của chính bản thân mình.

Chương 5

Môi trường sống và sự an định của thanh niên thời hiện đại

Nếu tầng lớp thanh niên hiện đại biết cách giúp bản thân an định thân tâm trước mọi tình huống, mọi sự việc, mọi tầng lớp thì điều đó có nghĩa là họ đã biết an thân trong mọi hoàn cảnh, họ đã thành công trong việc tự an tâm, được thế họ sẽ gặp thuận lợi trong mọi hoàn cảnh.

Hòa với nhịp độ thay đổi nhanh chóng của hoàn cảnh sống, cái tâm của giới trẻ ngày nay cũng bị cuốn xoáy theo thay đổi đó, trừ một bộ phận nhỏ thanh niên ra, đa số trong số họ đồng ý tiếp nhận những cơn chấn động buồn khổ này, khiến họ càng không thể an định được.

I. Bản chất của tâm linh thời nào cũng giống nhau

Điểm khác nhau giữa hiện đại và cổ đại ở chỗ khoa học kỹ thuật văn minh khiến cho môi trường hoàn cảnh sống của con người thay đổi nhanh chóng, thu hẹp về mặt không gian và tăng tốc về mặt thời gian, kéo theo đó là sự thay đổi mau lẹ những giá trị của nhân loại cùng phương thức sống. Sự vật mới, tri thức mới, thông tin mới tạo thành từng làn sóng mê hoặc nối tiếp nhau kéo theo là nhiều áp lực mới, khiến cho lòng người bị bóp nghẹt đến ngột ngạt khó thở.

Tầng lớp cao tuổi như trung niên hoặc người già dù cũng gặp phải tình trạng xung đột này nhưng họ phải học được cách đối diện với sự thực và thích nghi với nó. Tầng lớp thanh thiếu niên dù có sức dẻo dai nhưng trong lòng luôn không yên ổn, cho nên họ hay bị

rối bời, không biết cách xử trí.

Nhưng cái tâm của thanh thiếu niên trong môi trường sống xã hội hiện đại ngày nay rất khó an định; thường hay ngỡ ngàng trước thất bại, khiến họ dù có trong hoàn cảnh không có mục đích, mục tiêu, lí tưởng sống rõ ràng mà vẫn còn sự ảo tưởng sẽ không thể định hình tương lai, họ chỉ biết theo đuổi ước mơ, theo đuổi thành công, chỉ mưu tính tiền đồ trước mắt cá nhân hoặc tạo ra một tương lai đầy kì tích.

Thực ra, thời đại tuy có sự khác nhau kim - cổ, môi trường tuy có sai lệch mới - cũ, văn hóa ra đời tuy có khác nhau về lao động bằng chân tay và kĩ thuật máy móc, nhưng bản chất tâm linh của con người thì vĩnh viễn giống nhau, và không hề thay đổi ở bất cứ nơi đâu.

Phân tích dưới góc độ nhân sinh, thì tâm linh của con người có thể trong sáng hoặc tối tăm, có thể là thiện hoặc là ác. Đã gọi là nhân sinh thì buộc phải khác với đồ vật, bởi vậy quan niệm bỏ gian tà theo chính nghĩa và loại bỏ cái xấu xa, biểu dương cái tốt đẹp là thiên tính, là bản tính trời sinh của con người. Chỉ có điều người đời còn mải mê theo đuổi lợi ích và sự an toàn cho bản thân mà nghiêng về tự tư tự lợi, ích kỉ.

Nhưng tự tư chưa hẳn đáng ghét, đa phần đó là sự tham thú lợi ích trước mắt mà đánh mất đi cái hậu về sau, vì bảo vệ lợi ích bản thân mà làm hại người khác. Đặc biệt là thanh niên ngày nay, do không hiểu lẽ đời, suy nghĩ chưa chu đáo toàn diện mà luôn bị cuốn theo những ham muốn dục vọng cùng với những kích động của hoàn cảnh xung quanh, họ chỉ có thể nhìn thấy cảnh tượng trước mắt mà không thấy được viễn cảnh tương lai. Điều họ nghĩ được chỉ là lợi cho cá nhân mà thôi, và hay đua đòi thay đổi theo xu hướng mới của thời đại. Dù là học tập, tìm việc, kết giao bằng hữu, hay kết hôn lập gia đình, họ đều không đưa ra cho mình một quy tắc chuẩn mực nào cả. Chúng ta cũng đành bất lực trước những suy nghĩ hành động đó, đành phải để họ rơi vào những phiền não lo âu, điều này khiến cho những người xung quanh và cuộc sống của chính họ gặp phải nhiều phiền toái.

Từ khi loài người xuất hiện, lòng người đã có phiền muộn rồi, nguyên nhân là con người luôn muốn tìm kiếm cho mình một thứ gì đó để đảm bảo cho sự an toàn của bản thân. Còn kết quả thì ngược lại, họ có thể làm tổn hại đến sự an toàn của người khác, khiến cho nhiều người mất đi cảm giác an toàn, và tạo nên hiện tượng tự dọa mình, không thể an tâm được.

Trên thế gian này, chẳng có thứ gì gọi là an toàn tuyệt đối, càng không thể có nơi nào là nơi an toàn tuyệt đối, nếu con người ta có thể thản nhiên đối diện, tiếp nhận và xử lí sự thực này thì mới có thể an thân và an tâm được. Giới trẻ ngày nay tuy ít quan tâm đến vấn đề đảm bảo an toàn, chú trọng đến sự trưởng thành của bản thân nhưng đó chỉ là sự quan tâm chú trọng mù quáng không nguyên tắc, như thế cũng có thể đem lại sự bất an cho bản thân.

II. Xây dựng chí hướng đúng đắn

Giới trẻ muốn phát triển tài năng bản thân, theo đuổi một tương lai tươi sáng, đương nhiên đây là ý chí tiến thủ rất đáng được cổ vũ khích lệ. Dưới lập trường của riêng mình, Phật giáo cũng cổ vũ khích lệ thanh niên cần có chí lớn, có hoài bão lớn, có tinh thần học hỏi không ngừng vươn lên và tinh thần lập nghiệp. Ví như Thiện tài đồng tử trong Kinh Hoa Nghiêm là một đồng tử Bồ-tát tiêu biểu, vì theo đuổi lí tưởng của mình mà ngài không quản ngại trăm cay nghìn đắng, băng qua trăm núi ngàn sông để đến học hỏi 53 vị tiền bối gồm các học sỹ uyên bác, các nhà tôn giáo, nhà giáo dục, chính trị gia, doanh nhân và nhiều chuyên gia trong các lĩnh vực khác nhau.

Nhưng ý chí lớn lao của những người đèn sách lại không thể rời xa danh vọng, tiền tài, quyền thế, địa vị xã hội. Nếu ai ai cũng vậy thì sẽ tạo lên cơn sóng gió bất an. Những người theo đuổi được thì luôn mang cảm giác sợ mất đi lại vừa muốn có được nhiều hơn nên trong lòng vẫn cảm thấy bất an. Còn những người không theo đuổi được luôn có cảm giác thất bại tràn trề và trở thành kẻ thất ý lang thang ngoài xã hội và không thể khẳng định bản thân mình, ai đi đường nấy, tự tìm cho mình con đường khác.

Khi còn ở Mỹ, tôi gặp nhiều trường hợp bạn trẻ Mỹ khi gặp vấn đề rắc rối với gia đình, học hành, sự nghiệp, công việc họ thường gác mọi chuyện sang một bên, và tự dành cho mình một chuyến du lịch ngắn. Sau khi du ngoạn khắp nơi trong vài ngày, tâm trạng họ sẽ tốt hơn, bớt căng thẳng và sau đó là tiếp tục quay lại trường học hoặc tiếp tục công việc.

Một ví dụ khác, khi còn ở Mỹ tôi cũng từng gặp gỡ con trai của nhiều bác sỹ, luật sư, họ không tiếp tục con đường học hành ở đại học mà làm những công việc lao động chân tay. Họ cảm thấy điều đó là đúng đắn, cha mẹ họ cũng không cho rằng đó là việc mất mặt với thiên hạ. Bởi họ tôn trọng tính cách và chí hướng của nhau, không ép buộc rằng là thanh niên thì phải trở thành người

có tài nọ, đức kia. Bậc làm cha mẹ ở Mỹ hoàn toàn khác với các bậc cha mẹ ở Trung Quốc, họ không đem những dục vọng của bản thân treo trên đầu con trẻ, do vậy mà giới trẻ ở Mỹ có nhiều không gian tự phát triển bản thân hơn.

Thực ra khi làm công việc lao động chân tay hay lao động trí óc chỉ cần có được cái tâm an định, có sức khỏe, thì không gì là không thể làm được!

III. Một vài ý kiến dành cho thanh niên thời hiện đại

Vì tất cả những lí do trên, nên tôi có một vài ý kiến dành cho giới trẻ hiện đại ngày nay. Thứ nhất là tự biết nhận thức năng lực, sở thích của bản thân; chọn đúng con đường mà mình nên đi và có thể đi được. Thứ hai là cần học cách an định cái tâm trước bất cứ hoàn cảnh nào, không chỉ đối mặt với nó mà còn phải tiếp nhận, cải thiện nó và cuối cùng là buông nó. Thứ ba, xác định mục tiêu phấn đấu của đời mình, cần tiến hành từng bước chắn chắn, luôn luôn hướng về phía trước, dù có phải thường xuyên thay đổi chỗ đứng cũng không được đánh mất phương hướng. Thứ tư, nghề nghiệp và quyền lợi có thể thay đổi nhưng chí hướng không được thay đổi.

Không nhất thiết phải bài trừ gạt bỏ danh, lợi, quyền, thế, địa vị nhưng tuyệt đối không nên tiếp tục cuộc sống này vì mục đích theo đuổi chúng. Mục đích của cuộc sống nên là thứ gì đó bình yên vui vẻ, giá trị của sinh mệnh nên là bản thân an định và người khác cũng có an định.

IV. Một vài ý kiến dành cho chính phủ và xã hội

Vì hạnh phúc của thanh niên thời hiện đại, tôi có bốn ý kiến dành riêng cho chính phủ và xã hội của chúng ta:

Thứ nhất, dành riêng cho những thanh niên không cùng chí hướng, không cùng thiên bẩm có được môi trường giáo dục học tập, phát huy tài năng và môi trường làm việc tốt nhất.

Thứ hai, cần tôn trọng những thanh niên từng đánh mất lòng tự tin và có cảm giác thất bại, sử dụng cơ sở vật chất trong ngành giáo dục và các nguồn tư liệu khác trong xã hội giúp đỡ họ khôi phục lại sự tự tin.

Thứ ba, khích lệ các cơ quan địa phương và quần chúng nhân dân tổ chức hoạt động dành riêng cho thanh thiếu niên, thúc đẩy phát triển thể lực cùng ý chí phấn đấu dũng cảm, khiến họ thành công, tự khẳng định lại bản thân.

Thứ tư, không nên dùng điểm số học tập ở trường lớp, hay mức độ nổi danh thiên hạ, sự giàu nghèo, quyền thế mạnh yếu, địa vị cao thấp làm tiêu chuẩn đánh giá con người, mà ta nên cân đo chúng bằng sự nỗ lực của cá nhân. Phàm là người tận tâm, tận lực tự ý thức trưởng thành, giúp ích cho người khác là một người thành công đích thực.

Toàn thể xã hội đều có trách nhiệm trước sự trưởng thành của thanh niên hiện đại. Do lòng người hoang mang , xã hội bất an khiến cho thanh niên cảm thấy bàng hoàng , lo lắng không yên. Vì thế mà Pháp Cổ Sơn đặc biệt quan tâm đến việc đề xướng hoạt động "tứ an" – an tâm, an thân, an bề gia thất, và an định sự nghiệp, huy động tất cả mỗi cá nhân chúng ta cùng chung sức sáng lập ra một thế giới ổn định, hòa bình, vui vẻ, giàu có.

Chương 6
Phật pháp và giáo dục

"Phật"có ý nghĩa là "giác ngộ", và cũng có nghĩa là trí tuệ. Giáo dục trong Phật pháp bắt đầu từ lập trường và thái độ về trí tuệ để thúc đẩy công năng giáo dục cảm hóa của từ bi.

Vậy "từ bi" là gì? "Từ" tức chỉ việc đem lại niềm vui cho người khác, còn "bi" chỉ cứu vớt đau khổ, khổ nạn của con người. Sau khi cứu thoát con người khỏi đau khổ, một mặt từ bi đem lại cho họ niềm hạnh phúc, một mặt mang tới cho họ môi trường yên vui.

Trong cuộc đời này, đâu là nơi không còn đau khổ nữa? Có ai không muốn hưởng yên vui an nhàn không? Vì vậy, trên lập trường của Phật pháp, đối tượng giáo dục không có tiêu chuẩn đặc biệt. Trong bốn điều nhận thức chung của Pháp Cổ Sơn, thì điều chúng tôi đề xuất là: "giáo dục toàn diện, thực hiện quan tâm toàn diện". Đây không chỉ là phương pháp giáo dục của Pháp Cổ Sơn, mà có thể nói đây là phương pháp giáo dục của Phật giáo.

I. Giáo dục trong thời kỳ mang thai – cha mẹ cần phải làm gương

Giáo dục trong thời kỳ người mẹ mang thai gọi là giáo dục dành cho thai nhi – thai giáo, vậy cần phải giáo dục như thế nào? Liệu có phải dùng ngôn ngữ để dạy không ? Hay là dùng văn tự để dạy? Thực ra, ngay từ khi người mẹ vừa bắt đầu mang thai cần phải giáo dục bản thân mình ngay, cần tự dặn mình không được tức giận nóng nảy, không được kích động, không được tham lam, cáu gắt. Bởi nếu tâm trạng người mẹ không ổn định, có vấn đề thì đứa trẻ trong bụng sẽ chịu ảnh hưởng xấu từ chính những hành

vi đó. Trong kinh Phật ta có thể thấy Đức Thích Ca Mâu Ni rất coi trọng việc giáo dục dành cho thai nhi, và ngài cũng tự miêu tả lại quá trình mình nằm trong bụng mẹ khi bà thai nghén. Bản gốc bộ Đại Tạng Kinh có cuốn *Phật Bản Hạnh Tập Kinh* giảng giải về việc quá trình Đức Thích Ca Mâu Ni đầu thai cho đến khi được sinh ra và sự giáo dục mẹ ngài dành cho ngài trong suốt thời kỳ bà mang thai. Trong kinh văn có ghi chép, trong quá trình mang thai, bà có linh cảm như có một vị Bồ-tát đang ở trong bụng mình, không hề có chút phiền não, mỗi một cái giơ tay, duỗi chân, mỗi một động tác, ý niệm đều rất uy nghi, dường như đó là một sự lễ phép, phù hợp với tiêu chuẩn của một vị thánh hiền.

Do việc giáo dục thời kỳ mang thai rất quan trọng, cho nên đối với các cặp vợ chồng mới kết hôn, nếu có kế hoạch sinh con thì tôi thường khuyên họ nên chuẩn bị ngay chế độ giáo dục cho thai nhi, sửa đổi những thói quen không tốt trong sinh hoạt, làm việc và nghỉ ngơi phải tuân theo quy củ, bằng không khi mang thai mà người mẹ vẫn còn uống rượu bia, đánh bài, hút thuốc, thậm chí hút thuốc phiện sẽ trực tiếp hạ độc hại chính đứa con trong bụng mình. Nếu đợi sau khi mang thai rồi mới bắt đầu chú ý đến việc giáo dục thời kỳ thai nhi, tôi e rằng là quá muộn, không chỉ vậy khi đó thói quen đã hình thành và khó sửa đổi.

Nếu thật sự có thể tiến hành giáo dục trong thời kỳ thai nghén, thì sau khi sinh con, bản thân cha mẹ cũng bị giáo dục. Vì vậy, giáo dục trong thời kỳ này rất quan trọng đối với em bé trong bụng và cũng rất quan trọng đối với bậc cha mẹ.

II. Giáo dục thời kỳ sơ sinh – từ bi và trí tuệ

Sau khi đứa trẻ ra đời thì bắt đầu giáo dục thời kỳ dành cho trẻ sơ sinh. Chúng ta đừng lầm tưởng rằng trẻ sơ sinh thì không hiểu biết gì, không dạy dỗ cũng chẳng sao.

Tín đồ Phật giáo lại cho rằng những hài nhi đó là những tiểu Bồ-tát, chúng ta không những tôn trọng chúng mà còn phải chăm sóc, giáo dục, khai trí soi sáng cho chúng. Bậc cha mẹ cần dùng lòng từ bi, lòng yêu thương và trí tuệ để nuôi dưỡng những bảo bối này, và đây cũng là thời kỳ cha mẹ tự giáo dục lại bản thân mình.

Có một cặp vợ chồng sinh được một đứa con, khi đứa trẻ vừa mới ra đời thì bị dị dạng bẩm sinh và chậm phát triển, bác sỹ nói với họ rằng : “Sau này vợ chồng anh chị sẽ phải chịu tội cho đến khi

đứa trẻ kia vĩnh viễn mất đi, nó cần được chăm sóc cả đời này, anh chị cần chuẩn bị tâm lí", nếu là người khác sau khi nghe vậy liền bỏ đi biệt tăm biệt tích, để lại đứa trẻ cho bệnh viện nuôi dưỡng và không màng tới số phận đứa trẻ đó nữa. Nhưng cặp vợ chồng này là tín đồ Phật giáo, cho nên họ nói rằng : "Đây là nghiệp báo của kẻ làm cha làm mẹ như chúng tôi, đã liên lụy đến con cái mình, khiến nó phải chịu khổ chịu tội thay, vì vậy, cả đời này chúng tôi phải chăm sóc nó cẩn thận".

Sau đó, họ mang đứa bé đến gặp tôi, và xin tôi chúc phúc cho họ. Ngoài quan tâm chúc phúc họ, tôi còn cho họ biết rằng : "1/ Cần tìm y bác sỹ giỏi điều trị bệnh cho con; 2/ Cần tích cực hành thiện tích đức, vừa bố thí cho kẻ nghèo khó, vừa niệm Quan Thế Âm Bồ-tát".

Sau khi nghe tôi khuyên giải, họ dùng cả tấm lòng mình đón nhận, chăm sóc đứa bé, và miệng thường hay niệm Nam Mô Quan Thế Âm Bồ-tát, làm nhiều việc thiện tích đức cho con. Chính vì cha mẹ làm được như thế mà họ chăm sóc đứa con đó như chăm sóc cho một vị Bồ-tát. Như vậy đứa trẻ mới có được ảnh hưởng từ cha mẹ mình mà ngày càng tiến bộ, ngày càng trưởng thành hơn. Cho đến nay đứa trẻ đó không những có được mái ấm gia đình tràn đầy yêu thương mà còn có một sự nghiệp vững vàng.

III. Giáo dục thời kỳ thiếu nhi – thiết lập tín ngưỡng tôn giáo

Sau khi đứa trẻ bước sang giai đoạn nhi đồng, thiếu nhi thì việc giáo dục càng trở nên quan trọng. Lúc này, bậc cha mẹ nên cho con bắt đầu học Phật.

Hiện nay có nhiều cha mẹ đích thân quy y tam bảo mà không cho con cái theo. Họ cho rằng các con còn nhỏ, chưa có khả năng lựa chọn, bắt ép chúng đến chùa chiền quy y tam bảo là không công bằng, và nghĩ rằng đợi sau khi con cái trưởng thành rồi tự chúng sẽ quyết định. Sự thực là những lí luận như vậy sai lầm tuyệt đối.

Ví như khi con cái còn nhỏ tuổi, chúng thường hay nhìn thấy tượng Phật Quan Thế Âm Bồ-tát và làm lễ bái Phật, miệng niệm Nam Mô Quan Thế Âm Bồ-tát thì ta nên kể cho chúng nghe những câu chuyện về Phật giáo có ích cho sự phát triển trí tuệ, dạy chúng hiểu thế nào là từ bi, thế nào là sáng suốt, và khi nhìn thấy ếch nhái, ruồi muỗi hay con kiến tự nhiên chúng sẽ không đành lòng nhẫn tâm giết hại những loài vật nhỏ bé này. Sau khi lớn lên sẽ

khó học tập những thói hư tật xấu từ bạn bè xung quanh.

Vì vậy, ngay từ khi còn nhỏ cha mẹ nên giáo dục con cái về tín ngưỡng tôn giáo, không cần phải đợi đến khi chúng trưởng thành mới bắt đầu. Đặc biệt là khi chúng bước sang giai đoạn dậy thì khó bảo mới bắt chúng tiếp nhận tôn giáo thì thật là khó khăn.

IV. Giáo dục trong trường học cần chú trọng giáo dục nhân cách

Giáo dục trong trường học có thể chia thành giáo dục về tri thức, giáo dục về nhân cách, và giáo dục về kỹ năng.

Giáo dục về kỹ năng là dạy cho học sinh học được một nghề nghiệp nào đó để sau này dễ dàng mưu sinh kiếm sống ; giáo dục về tri thức là hình thức truyền thụ lại kiến thức, học vấn cho người học, còn giáo dục nhân cách là sự dạy dỗ nhằm nâng cao phẩm chất đạo đức cho con người. Trong ba loại hình giáo dục nói trên thì giáo dục nhân cách quan trọng nhất, cơ bản nhất.

Tôi có ba yêu cầu đối với học sinh theo học trung tâm nghiên cứu Phật học Trung Hoa do tôi sáng lập ra: thứ nhất là phải có đạo tâm – tức phải có nhân, lễ, nghĩa, trí, tín; thứ hai là phải có sức khỏe, thứ ba là phải có học vấn. Dù trung tâm nghiên cứu của chúng tôi chỉ truyền thụ kiến thức và học vấn, nhưng tôi khuyến khích các học viên đặt đạo tâm lên hàng đầu.

Vậy đạo tâm là gì? Đó là giáo dục nhân cách, giáo dục nhân phẩm. Một người nếu không có đạo tâm chứng tỏ nhân cách của anh ta không tốt, phẩm chất của anh ta kém; một người phẩm cách không tốt thì dù có học vấn cao đến đâu thì cũng chẳng có lợi gì cho xã hội, cho thế giới này. Đặc biệt là kẻ có nhân phẩm xấu xa nhưng có học vấn cao, họ dễ dàng dựa vào trí thông minh mà làm điều xằng bậy, phạm tội ác, và hậu quả thì thật khó tưởng tượng, thà rằng học vấn thấp kém hơn một chút nhưng có nhân phẩm đạo đức thì vẫn tốt hơn.

Thứ hai là sức khỏe. Ngoài việc khỏe mạnh về thể chất cần có sự lành mạnh về tinh thần, về tâm lí. Nếu thân thể và tâm lí không khỏe mạnh, không lành mạnh thì chính người đó tự gây phiền nhiễu, đau khổ, tự làm phiền mình và cũng mang lại không ít rắc rối, gánh nặng và đau khổ cho những người sống xung quanh.

Giáo dục trong trường học không chỉ nghiêng về ba phương diện

giáo dục nhân cách, thân thể khỏe mạnh, tâm hồn trong sáng, và truyền thụ kiến thức, mà cần phải học tập quan điểm ai cũng nhận được sự giáo dục như nhau của Khổng Phu Tử, không được thất vọng về bất cứ ai. Đây cũng là quan điểm nhìn nhận của Phật pháp, tất cả chúng sinh đều có mang nhân cách của Đức Phật, ai cũng có thể trở thành Phật, vì vậy họ đều được chỉ bảo dạy dỗ, chỉ có điều là trong hoàn cảnh khác nhau thì áp dụng phương pháp giáo dục tương ứng thích hợp – đây là nguyên tắc cơ bản trong giáo dục Phật pháp.

Chương 7
Gia đình đầm ấm và sự nghiệp thành công

Trên lập trường của người tu thiền bàn luận về gia đình đầm ấm và sự nghiệp thành công thì ta có thể dùng hai câu để biểu thị: "Dốc toàn tâm toàn lực chăm sóc gia đình, dùng cả tính mệnh đầu tư vào sự nghiệp".

Mỗi thành viên trong gia đình ai cũng dốc toàn tâm, toàn lực chăm sóc gia đình, dù giàu nghèo sang hèn ra sao thì mọi thành viên già trẻ trong nhà cũng nhất định có được sức khỏe và niềm vui. Còn nếu dùng toàn bộ sinh mệnh đầu tư cho sự nghiệp, dù địa vị cao thấp thế nào cũng được hưởng thành quả do mình tạo ra.

I. Cha mẹ và con cái cần tôn trọng và giúp đỡ lẫn nhau

Sự sung túc về đời sống vật chất chưa hẳn đã mang tới một gia đình đầm ấm, vẻ hào nhoáng bên ngoài cũng chưa khẳng định đó là người thành công trong sự nghiệp. Chỉ có việc khiến mọi thành viên trong gia đình cảm thấy được tôn trọng , được quan tâm thì gia đình mới hạnh phúc, chỉ có dốc hết tâm huyết vào công việc mới có được người xuất sắc trong hàng trăm ngành nghề.

Con người hiện đại ngày nay do thường đề cao bản thân mà hình thành lên khoảng cách xa xôi giữa các thế hệ trong gia đình, đặc biệt là khoảng giữa cha mẹ và con cái, sự rạn nứt trong quan hệ vợ chồng, thậm chí là sự ngăn cách xa lạ giữa anh chị em ruột. Cùng chung sống dưới một mái nhà, nhưng việc của ai người ấy lo, yêu cầu người khác phục tùng mình, thậm chí xảy ra tranh quyền

đoạt lợi, kết quả là cha mẹ không hiểu tâm tư của con cái, còn con cái không thấu hiểu nỗi khổ tâm của cha mẹ, vợ chồng không tin tưởng nhau, không nhường nhịn nhau, dường như ai cũng mất đi sự tín nhiệm vào gia đình và mất cảm giác an toàn.

Hệ quả tất yếu của vấn đề này là những cha mẹ lớn tuổi bị đưa vào viện dưỡng lão, con cái còn ít tuổi thì nghịch phản, thanh niên thì rời xa gia đình tự lập, hôn nhân nam nữ trên bờ đổ vỡ, và cái gọi là gia đình đầm ấm hạnh phúc chỉ là câu cửa miệng, là khẩu hiệu, là giấc mộng mà thôi.

Thực tế, giữa vợ chồng tôn trọng, tha thứ, học hỏi, trung thành, quan tâm yêu thương lẫn nhau thì việc xây đắp được một mái ấm hạnh phúc không còn là chuyện khó khăn nữa.

II. Sự nghiệp kinh doanh buôn bán cần phải thực tế

Quan niệm về giá trị của xã hội ngày càng hỗn loạn điên đảo, rất nhiều người chỉ biết coi tài sản, danh vọng, địa vị, quyền thế làm giá trị đo lường cho sự thành công trong sự nghiệp mà không hề biết rằng đó là phúc báo trời cho và sự nỗ lực của bản thân mà có. Nếu không có phúc báo trời cho mà chỉ đơn thuần dựa vào nỗ lực thôi thì không thể có được sự vừa lòng hợp ý, mãn nguyện về danh lợi, quyền thế địa vị.

Nhiều người không hiểu được ý nghĩa đạo lí này, vì thế mà mải theo đuổi mưu lợi cá nhân, không màng tới lợi ích của người khác, lợi ích công cộng ; thậm chí còn tham thú kẽ hở của xã hội, của pháp luật mà giở mọi thủ đoạt lừa gạt cướp đoạt của kẻ khác, lấy danh nghĩa việc công để mưu lợi riêng, đổi trắng thay đen, vô hình chung chúng đã làm tổn hại đến vô vàn chúng sinh vô tội, và làm xáo trộn trật tự xã hội. Có thể chúng thăng quan tiến chức trong nháy mắt, nhưng cuối cùng cũng sẽ chịu sự trừng trị của pháp luật và sức ép của dư luận. Tuy có thể trốn tránh nhất thời nhưng không thể tránh được quả báo mà chúng gây ra.

Do vậy mà lí tưởng theo đuổi sự nghiệp thành công không có gì là sai trái, nhưng những kẻ mù quáng làm liều mãi là tội đồ ngông cuồng hại mình hại cả người khác, là phạm nhân của toàn xã hội.

Con người trong xã hội hiện đại ngày nay chỉ ham hố cái lợi trước mắt. Khi bản thân tự nhận thức được áp lực mình gặp phải mới nảy sinh ý niệm khác thường. Do vậy mà tỉ lệ lao động chuyển

ngành nghề ngày càng cao, thậm chí có người hết đổi nghề này sang nghề khác, chuyển hết chỗ làm này sang chỗ làm khác, như vậy cái tâm của họ không hề được yên ổn an nhàn, nghiêm trọng hơn nữa còn khiến cho gia đình không hạnh phúc.

Đương nhiên nó sẽ là quá trình trưởng thành và là bước ngoặt bắt buộc phải trải qua để đi đến thành công nếu đây là sự chuyển đổi mang tính giai đoạn tạm thời, là sự thay đổi có kế hoạch hoặc là sự thăng chức có điều chỉnh. Có điều, nếu ta bất mãn với môi trường làm việc hoặc không chuyên tâm đến công việc trước mắt thì dù làm bất cứ việc gì ở bất cứ ngành nghề nào cũng không có được thành công.

III. Người có nhiều thời gian nhất là người luôn bận rộn

Con người hiện đại hầu như không có ai là không bận rộn, vì đáp ứng nhu cầu cuộc sống mà họ không dừng lại ở một công việc, có khi phải kiêm nhiệm nhiều việc, ban ngày có thể bận đến nỗi không có thời gian nghỉ ngơi, đến khi đêm về lại ra ngoài tiếp khách xã giao, kết quả là một số người do bận rộn công việc mà không chăm lo được cho gia đình, ngày nào cũng đi sớm về tối, một tuần khó khăn lắm cũng chỉ gặp mặt con cái được một, hai lần, thậm chí vợ chồng còn không có thời gian trò chuyện với nhau. Trong nhịp sống vội vàng và gấp gáp như vậy làm sao để chăm sóc được cho con cái và gia đình? Đây quả là một vấn đề nan giải!

Theo kinh nghiệm của tôi và những điều mắt thấy tai nghe, có thể chứng minh được người bận rộn có nhiều thời gian nhất. Bởi chỉ cần có tâm, thì người bận rộn sẽ dùng hết quỹ thời gian của mình, sắp xếp thời gian hợp lí chăm sóc gia đình và sự nghiệp vẹn cả đôi đường.

Tôi không có vợ con, nhưng tôi có một gia đình thật lớn, đó là chùa chiền cùng với tín đồ tăng ni Phật tử, bản thân tôi cũng có ba trách nhiệm lớn lao của một người cha, người thầy. Tôi phải dốc hết tâm sức chăm lo chùa chiền, quan tâm đến các tín đồ Phật tử. Trong mỗi hành trình truyền bá Phật giáo, tôi luôn nghĩ đến từng tín đồ, đệ tử. Có khi khuyến khích họ bằng phương pháp hướng dẫn thảo luận theo nhóm, có khi lại dùng phương pháp nói chuyện riêng. Tục ngữ có câu: “Không ai hiểu rõ con bằng cha”, tôi là thầy, là cha của họ, tôi nên trở thành người bạn tâm giao tri kỉ, có như vậy họ mới cam tâm tình nguyện làm đệ tử của mình.

Cũng giống như vậy, là bậc phụ huynh cần hiểu rõ chí hướng, tính cách, sở thích, tư chất, tài năng của con cái. Dù không biết hướng dẫn đường đi nước bước cho chúng ra sao, nhưng cũng nên giúp chúng chọn ra con đường nào thích hợp nhất. Khi không thể đồng hành cùng với sự trưởng thành của con cái, không thể làm bạn tri âm tri kỷ của các con thì tốt nhất không nên lấy đi lòng tin với chúng, mà cha mẹ nên tạo cho chúng cảm giác an toàn.

IV. Toàn tâm toàn lực chăm lo gia đình và sự nghiệp

Chỉ cần toàn tâm toàn lực chăm nom cho gia đình và sự nghiệp thì sẽ thắng lợi cả đôi bề. Khi hướng dẫn cách tu thiền, tôi thường nhắc nhở mọi người: "Ta sống ngày nào, thì Phật cũng bên ta ngày đó". Nói cách khác, cần nỗ lực và an định nhân tâm kịp thời, sinh mệnh này tuy ngắn ngủi nhưng ta phải biết tự thức tỉnh bản thân bằng những hành động chân thực, có như vậy sinh mệnh mới có giá trị riêng của nó.

Trong cuộc sống ngày nay, việc dùng sinh mệnh để thích ứng, để cảm nhận và sau đó không còn vướng mắc thành công hay thất bại nữa là ý nghĩa chân chính của việc đối diện với sự thật, tiếp nhận nó, xử lí nó, và buông lỏng nó.

Nói tóm lại, không cần tốn nhiều thời gian, chỉ cần mỗi thành viên trong gia đình dùng sự quan tâm chân thành để lĩnh hội thế giới nội tâm của các thành viên còn lại thì họ sẽ là một mái ấm gia đình hạnh phúc. Còn trong sự nghiệp, chỉ cần có tâm huyết, dùng hết khả năng giải quyết vấn đề thì sẽ gặt hái được nhiều thành quả huy hoàng.

Dù không có nhiều thành công về đời sống vật chất, nhưng cái tâm được an định, ta sẽ trưởng thành hơn, có nhiều kinh nghiệm hơn, và cống hiến cho xã hội nhiều hơn, và dĩ nhiên đây cũng chính là thành quả đáng được chấp nhận và đánh giá cao.

Chương 8
Phật hóa gia đình

Trước kia, Phật giáo được cho là tiêu cực, bi quan, chạy trốn hiện thực, thậm chí nhiều người còn cho rằng: phàm là người học theo Phật pháp thì nên xuất gia, không nên lập gia đình, và những người tín ngưỡng Phật giáo nên tách khỏi nhân gian.

Thực ra, trong thời Phật Thích Ca Mâu Ni, những tín đồ như tăng ni, người phàm tục, nam hay nữ có rất ít người xuất gia tu hành, đại đa số đệ tử Phật giáo đều tu tại gia. Vì vậy, phương pháp và quan niệm Phật pháp giúp ích rất nhiều đối với gia đình. Về cơ bản, cái nhìn của Phật pháp đối với gia đình bắt đầu từ tịnh hóa hôn nhân, thiết lập Phật hóa gia đình.

I. Tịnh hóa gia đình có nghĩa là nhân gian cũng được tịnh hóa theo

Mục đích của tịnh hóa nhân gian là làm trong sạch xã hội, mục đích của việc làm trong sạch xã hội là làm trong sạch thế giới này. Các tín đồ Phật giáo hi vọng có thể đem cái gọi là cõi Niết bàn mà nhà Phật hay nhắc tới tọa lạc tại chốn nhân gian.

II. Tịnh hóa nhân gian cần bắt đầu từ tịnh hóa gia đình, tịnh hóa gia đình cần bắt đầu từ tịnh hóa hôn nhân

Sự hình thành của gia đình bắt đầu từ khi nam nữ kết hôn với nhau. Vì thế từ thời cận đại cho đến nay, Phật giáo thường hay đề cập đến Phật hóa hôn lễ. Ngoài việc phát động Phật hóa hôn lễ tập

thể, Pháp Cổ Sơn còn biên soạn một cuốn sách mang tên *Phật hóa hôn nhân và Phật hóa gia đình*.

III. Phật hóa gia đình bắt buộc phải có đầy đủ ba điều kiện sau:

Thứ nhất, hiếu thuận kính trọng cha mẹ như việc cúng bái tổ tiên thần Phật. Tín đồ Phật giáo gọi cha mẹ bằng ba chữ thân thương – "lão Bồ- tát". Ý là họ sẽ phụng dưỡng cha mẹ già như cung kính, tôn sùng đức Bồ-tát. Đối với nam nữ đã kết hôn, thì mỗi bên đều có cha mẹ hai bên, bên nam có cha mẹ ruột và cha mẹ vợ, bên nữ thì có cha mẹ ruột và cha mẹ chồng, tất cả đều phải được phụng dưỡng, cung kính như nhau.

Thứ hai, vợ chồng là đôi bạn Bồ-tát cùng nhau tu hành xây dựng cơ nghiệp. Người Trung Quốc có câu vợ chồng nên tôn trọng lẫn nhau. Đối với tín đồ Phật giáo mà nói, vợ chồng nên coi nhau là đôi bạn đồng hành, cùng tu dưỡng, coi nửa kia là người bạn đời cùng vun đắp hạnh phúc cho gia đình, tôn trọng, nhường nhịn, giúp đỡ, thông cảm và quan tâm đến nhau.

Thứ ba, cần quan tâm bảo vệ chăm sóc con cái chu toàn như những chú gà mẹ chăm nom đàn gà con.

Người Trung Quốc có câu "chăm con để tránh tuổi già", nhưng người theo Phật giáo lại không hoàn toàn nghĩ vậy. Họ cho rằng cần phải yêu thương, bảo vệ con cái không phải vì tránh tuổi già, mà vì đó là trách nhiệm của họ. Mỗi người đều có nghiệp báo và quả báo riêng. Làm cha mẹ nên giáo dục con cái luân thường đạo lí phải hiếu thảo kính trọng cha mẹ, chứ không nên quá kỳ vọng vào việc sau này chúng sẽ phụng dưỡng mình ra sao. Một khi kỳ vọng biến thành thất vọng thì càng phát sinh ra nhiều phiền não hơn.

IV. Mỗi thành viên trong gia đình nên làm tròn bổn phận và trách nhiệm của mình

Thứ nhất, đối với gia đình hai bên vợ, chồng. Con người hiện đại ngày nay nên có trách nhiệm chăm lo, quan tâm đến ba gia đình: gia đình của hai vợ chồng mới cưới, gia đình của cha mẹ sinh thành ra họ (bao gồm cha mẹ và gia đình của các anh chị em ruột trong nhà), và gia đình bố mẹ chồng, bố mẹ vợ.

Thứ hai, đối với việc nuôi dạy con cái. Nếu sau khi kết hôn mà các cặp vợ chồng có kế hoạch sinh con thì nên làm tròn hết trách nhiệm và bổn phận của bậc làm cha làm mẹ. Và người làm mẹ cần chuẩn bị ba điều kiện sau:

Muốn đứa con sinh ra khỏe mạnh bình thường thì trước khi mang thai cả vợ và chồng cần giữ cân bằng thể chất, ăn uống hợp lí để có sức khỏe, ngược lại sẽ gây hại cho thai nhi.

Sau khi mang thai, vợ chồng vẫn phải giữ gìn sức khỏe. Có người cho rằng vợ chồng không cần trải qua quá trình giáo dục giai đoạn mang thai, nhưng khi người chồng bực tức chửi mắng vợ thì sẽ làm cho tâm trạng bà bầu không tốt, sẽ ảnh hưởng gián tiếp đến hài nhi trong bụng. Do vậy mà cả hai vợ chồng cần phải cùng nhau trải qua quá trình giáo dục trong giai đoạn mang thai và càng phải kiểm soát tâm tính không để cáu gắt từ sau khi đứa trẻ được sinh ra cho đến khi trưởng thành. Nói chung cả người vợ và người chồng cần có trách nhiệm chăm sóc con cái cẩn thận.

Ngoài giáo dục giai đoạn mang thai, tín đồ Phật giáo còn đặc biệt chú trọng đến việc quản giáo con cái. Ngoài việc có tâm tính ổn định, sức khỏe dồi dào thì bậc cha mẹ càng cần chú trọng giáo dục con cái về sự trưởng thành, về hành vi, lời ăn tiếng nói, cử chỉ hành động. Hơn thế, họ còn coi những thiên thần của mình là những "tiểu Bồ-tát", dang rộng vòng tay đón chào sự ra đời của chúng, coi chúng là người đến để giúp mình tu hành, là người của đạo Bồ-tát và trưởng thành cùng chúng.

V. Nguyên tắc kinh tế nên có trong Phật hóa gia đình

Thứ nhất, làm ăn lương thiện không vi phạm năm điều trong giới luật. Dùng phương pháp minh bạch, cố gắng nỗ lực, kỹ năng, trí tuệ, tiền bạc, mưu trí để mưu sinh kiếm sống, đáp ứng nhu cầu sinh hoạt của bản thân. Nhưng tuyệt đối không nên làm những việc đi ngược lại với năm điều giới luật trong Phật giáo, đó là không sát sinh, không trộm cướp, không tà dâm, không nói dối xằng bậy và không mua bán rượu.

Thứ hai, làm bao nhiêu tiêu bấy nhiêu, không được keo kiệt bủn xỉn chỉ biết kiếm tiền mà không tiêu tiền. Dùng tiền phải có mục đích rõ ràng, tức cần có kế hoạch chi tiêu rõ dựa trên năm tiêu chí như phí sinh hoạt gia đình, lợi nhuận kinh doanh, các khoản chi tiêu, tiết kiệm dành dụm, bố thí hành thiện.

Thứ ba, phụng dưỡng cha mẹ, bố thí hành thiện. Ngoài gia đình, tiết kiệm và nhu cầu cần thiết trong kinh doanh, tài sản còn lại nên dùng để phụng dưỡng cha mẹ, giúp đỡ bạn bè, người thân, bố thí cho kẻ nghèo khó, kính lễ lên tòa tam bảo, tham gia công tác giáo dục văn hóa tôn giáo và làm nhiều việc công ích khác.

Tóm lại, gia đình hiện đại ngày nay nên có thêm đời sống tôn giáo, đời sống của gia đình Phật hóa nên bắt đầu từ việc Phật hóa hôn nhân. Tiếp đó là vận dụng quan niệm Phật giáo hóa cùng phương thức sống để giáo dục con cháu, ngày ngày dành thời gian đọc kinh niệm Phật để có được phúc báo.

Chương 9
Phật pháp trong đời sống

Phật pháp là các phương pháp tu hành để thành Phật. Trong suốt 49 năm thuyết pháp độ sinh của Phật Thích Ca Mâu Ni, ngài chưa bao giờ coi đây là một môn học tri thức để yêu cầu mọi người phải nắm chắc, mà chỉ dạy cho chúng ta cách làm thế nào để tránh được khổ đau, dành được niềm vui trong cuộc sống. Vì thế, bản thân Phật pháp đã kèm theo những giá trị thực tiễn.

I. Tư tưởng cơ bản của Phật pháp – nếm trải khổ đau và tránh xa chúng

Tư tưởng cơ bản của Phật pháp là nếm trải khổ đau và tránh xa chúng. Nếm trải khổ đau là hiện thực của cuộc sống còn tìm cách để tránh xa chúng lại là mục tiêu của cuộc sống.

Có một lần trong lúc diễn giảng tôi có hỏi mọi người rằng : Có cặp vợ chồng nào kết hôn đã 10 năm mà chưa từng xảy ra cãi vã không ? Kết quả có một vị là ủy viên trong ngành lập pháp giơ tay, hai vợ chồng vị này đều là đệ tử tam bảo, họ đối với nhau như hai người bạn đồng tu vì thế vợ chồng chưa từng xảy ra cãi vã.

Muốn để quan hệ vợ chồng hòa thuận, không xảy ra mâu thuẫn tưởng chừng như rất khó nhưng thực chất lại đơn giản. Chúng ta hãy thử nghĩ, khi đối phương muốn gây sự mà bạn lại không chịu nhường, cũng muốn trả đũa đối phương thì đó chẳng phải là đổ thêm dầu vào lửa hay sao? Đau khổ lại chồng chất đau khổ, một mình mình chịu khổ còn bắt người khác cũng chịu cùng, hà tất phải như vậy?

Lý lẽ này nghe qua thì thấy dễ hiểu nhưng để làm được lại không

phải điều đơn giản, cho dù có là Phật tử nhiều năm tu tập nhưng khi gặp trường hợp thực tế như thế cũng có khi không vượt qua được thử thách. Thí dụ sẽ có người nói rằng : Hắn hại tôi đến nông nỗi này, tôi cũng phải làm cho hắn nếm trải cảm giác đau khổ như thế nào, nếu không thì sẽ không có gì gọi là luật nhân quả cả.

Lẽ nào luật nhân quả được lý giải như vậy? Nhân quả là chuỗi mắt xích quy định, phụ thuộc lẫn nhau xuyên suốt ba đời quá khứ, hiện tại, tương lai, nỗi đau khổ mà bạn đang và đã phải chịu chính là quả báo, gánh chịu sự đau khổ chính là chịu quả báo. Nếu bạn không chịu tỉnh ngộ, ngược lại còn ngày càng táo tợn hơn, ăn miếng trả miếng, hai bên đấu đi đấu lại, thù thù oán oán thì cuộc chiến sẽ không bao giờ kết thúc. Những người thật sự hiểu được quy luật nhân quả là người nhận thức được sự đau khổ, chịu được khổ và sẽ lại không gây ra những điều đau khổ như vậy nữa. Vì thế, vợ chồng mà luôn làm khó dễ và tìm cách để trả thù nhau không những không phải là những con người từ bi mà còn rất ngu dốt.

II. Cách để tránh xa khổ đau

1. Chính tri kiến – thấy và biết đúng

Phật pháp đã chỉ ra bản chất của sự đau khổ, mục đích là để chúng ta tránh xa sự đau khổ đó. Nhưng làm thế nào để tránh xa sự đau khổ?

Tứ thánh đế trong Phật pháp gồm Khổ đế, Tập đế, Diệt đế và Đạo đế. Trong đó, Khổ đế nói rõ về bản chất cuộc đời; Tập đế nói về nguyên nhân của các nỗi khổ; Diệt đế nói về trạng thái sau khi đã diệt hết đau khổ; Đạo đế tức con đường chân lí là con đường chuyển đổi phàm phu thành thánh hiền. Nội dung của đạo đế phân thành tám mục, được gọi là Bát chính đạo - tức tám con đường chân chính gồm:

Chính kiến – thấy và biết đúng như sự thật, chính tư duy – tư duy đúng sự thật,

Chính ngữ – nói năng đúng sự thật,

Chính nghiệp – tạo nghiệp chân chính,

Chính mệnh – nuôi sống thân mệnh bằng nghề chân chính,

Chính tư duy – suy nghĩ đúng đắn,

Chính niệm – ý niệm chân chính,

Chính định – sự tập trung đúng đắn,

Chính tinh tiến – sự nỗ lực siêng năng đúng đắn, chỉ cần tu thành tám chính đạo này sẽ thoát khỏi ranh giới của sự đau khổ.

Chính kiến vô cùng quan trọng, chính kiến là tin vào quy luật nhân quả ba đời. Sau khi có được chính kiến sẽ tin rằng nỗi đau khổ mà bản thân mình phải gánh chịu bắt nguồn từ nghiệp trong quá khứ. Có người hay nói: Cuộc đời này tôi chưa từng làm hại ai, vậy tại sao tôi phải chịu những tổn thương ? Phải biết rằng quả của ngày hôm nay chính là nhân gieo nên từ kiếp trước.

Từ vô lượng kiếp trong quá khứ đến nay, chúng ta lưu lạc sinh tử, hết kiếp này đến kiếp khác, không biết đã kết được bao nhiêu thiện duyên và ác duyên với chúng sinh; kết được thiện duyên sẽ nhận được quả thiện, kết ác duyên sẽ bị ác báo, vì thế quả báo không thể chỉ thấy ở kiếp này. Có nhiều người vì chưa nhận được sự báo ứng nên cho rằng không có luật nhân quả, trên thực tế, những tội ác gây ra trong kiếp này nếu không bị báo ứng ở kiếp này thì kiếp sau cũng không tránh khỏi.

2. Không gây ra tội ác sẽ không bị báo ứng

Làm thế nào để tránh được khổ đau, dành được niềm vui trong cuộc sống ? Đầu tiên hãy dừng gieo nhân ác, nghĩa là không được gây ra một điều ác nào nữa, sau đó phải thẳng thắn đón nhận báo ứng, đồng thời cũng phải cứu khổ cứu nạn cho tất cả chúng sinh. Cho dù người khác có làm mình đau khổ cũng không được gây gổ ngược lại mà còn phải nghĩ cho họ, cầu phúc hộ cho họ, đây chính là tinh thần của Bồ-tát. Nếu hành được Bồ-tát đạo thì cho dù bản thân phải chịu đau khổ, ấm ức cũng sẽ không cảm thấy thiệt thòi.

Tôi có một đệ tử tại gia, sinh ra chưa đến ba ngày đã bị người cha đem bán. Khi ông ấy 50 tuổi cũng là lúc phải chuẩn bị ma chay cho cha mẹ nuôi trước lúc lâm chung. Lúc này cha mẹ đẻ của ông ấy cũng đang ở tuổi gần đất xa trời, gánh nặng chăm sóc bốn người họ lại đè lên vai ông ấy. Mọi người đều cảm thấy bất công cho ông ấy nhưng ông ấy lại nói với tôi như thế này: Thưa sư phụ, tôi thật sự là một người rất may mắn, người ta chỉ có một mẹ một cha, riêng tôi thì lại có những hai mẹ hai cha.

Ông ta nghĩ được như vậy nên trong lòng ông ta cảm thấy rất thanh thản, vui sướng. Ngược lại nếu ông ấy oán trách rằng : cha mẹ đẻ của tôi thật chẳng phải con người, sinh tôi ra chưa đến ba

ngày đã đem bán, bây giờ già ốm lại còn bắt tôi chăm sóc họ, quả thật là không còn gì là đạo lý. Nếu ông ấy nghĩ như vậy thì sẽ luôn cảm thấy rất khổ sở.

Trong cuộc sống hiện nay mọi thứ đều yêu cầu phải công bằng , nhưng liệu có cách nào để làm được? Thí dụ vì sao chỉ có người vợ phải mang nặng đẻ đau mà người chồng lại không?

Vì thế, trên một phương diện nào đó hoàn toàn không thể đòi hỏi sự công bằng. Ý nghĩa thực chất của công bằng là mỗi người đứng trên lập trường và góc độ của mình để làm tốt vai diễn của mình, nỗ lực hết trách nhiệm, đó chính là sự công bằng.

Đặc biệt là sau khi được trang bị đầy đủ chính trị, chính kiến của Phật pháp, thấm nhuần tinh thần của nhân quả người ta sẽ nhận thức được rằng mỗi người đều có phúc báo khác nhau, nhân duyên và trí tuệ của riêng mình và hoàn cảnh của mỗi người không giống nhau. Nếu hiểu được đạo lý này thì cho dù có công bằng hay không đều có thể thoải mái, không bị phiền muộn, kẻ thù tự nhiên sẽ bớt đi.

IV. Tác dụng của Phật pháp

Tác dụng của Phật pháp có thể phân ra thành ba tầng thứ:

1/ Đối nhân xử thế,

2/ Xua tan phiền não,

3/ Viên mãn thành Phật.

Từ ba tầng thứ này có thể thấy chúng ta không nên tham vọng viển vông, không nên mong một bước lên trời mà hãy từ tốn, khởi điểm bắt đầu từ cuộc sống hằng ngày; vả lại cho dù ở vào tầng thứ nào cũng đều phải dựa vào sự nỗ lực của bản thân chứ không phải luôn chờ đợi gia trì của Phật, Bồ-tát.

Tuy nhiên, sự gia trì của ngoại lực không phải là không có. Người ta thường nói: Tự cứu mình trước người khác mới cứu mình; được người khác giúp đỡ rồi mới được trời giúp. Nếu bản thân không chịu bỏ ra một chút công sức nào, một khi bị cắt viện trợ từ bên ngoài sẽ rơi vào vực thẳm của sự đau khổ. Thí dụ nói hôm nay không có cơm ăn, người khác có thể sẽ cho bạn một gói mì, nhưng còn bữa tiếp theo thì sao? Cứ coi như bữa tiếp theo họ lại cho bạn thêm một gói mì, vậy còn ngày mai thì sao? Cho dù có người ngày

nào cũng cho bạn một gói mì nhưng lỡ có một ngày người này đi xa hoặc ngay bản thân anh ta không tự nuôi nổi bản thân ngày ba bữa, thế thì bạn không còn chỗ nào để dựa dẫm. Có thể có nhiều người tin vào thần quyền, kì vọng vị thần này sẽ, ban cho mình tất cả, tiếc rằng đó chỉ là tín ngưỡng chứ không phả là sự thực.

Nhưng cần phải lưu ý rằng, mặc dù Phật pháp nói với chúng ta rằng tự lực cánh sinh rất quan trọng, nhưng phủ nhận tha lực, việc hoàn toàn chỉ dựa vào bản thân mình là không đúng, như vậy sẽ lại trở thành ngoan cố, bảo thủ; chúng ta vẫn cần có người chỉ dẫn chúng ta làm thế nào để vận dụng Phật pháp và luôn tin vào sự phù hộ của Phật, Bồ-tát và Hộ pháp Long Thiên.

V. Cư sĩ tại gia nên tu hành như thế nào?

Từng có một vị tín chủ nói với tôi như thế này: Thưa sư phụ, con rất ghen tỵ với các anh em không có gánh nặng gia đình, họ có thể chuyên tâm cho việc tu hành, và lại đều có sắc thái của đạo hành.

Ý của anh ta là mỗi gia đình có những nỗi khổ tâm không giống nhau. Chỉ không biết nỗi khổ nhà anh là rốt cuộc là do tình cảm yếu đuối hay là nỗi niềm sâu kín riêng tư của mỗi người, mỗi hoàn cảnh. Tóm lại mỗi cây mỗi hoa mỗi nhà mỗi cảnh. Vậy thì làm thế nào để biến những nỗi khổ tâm này trở nên dễ dàng hơn? Quả thực trong kinh Phật bộ *Lục Phương Lễ Kinh* dành riêng hướng dẫn cho cư sĩ tại gia, làm thế nào để bản thân mình có chừng mực, làm thế nào để tu hành.

1. Tại gia nên biết Lục Phương Lễ Kinh

Tên gọi đầy đủ của *Lục Phương Lễ Kinh* là *Thi Già La Việt Lục Phương Lễ Kinh*, đây là bộ kinh hướng dẫn cho những cư sĩ tại gia làm thế nào để chăm lo việc nhà và tu hành ngay trong môi trường sống gia đình. Vậy "Lục Phương" là gì? Trong kinh có chỉ ra: cha mẹ được coi là phương đông, bậc thầy được coi là phương nam, vợ chồng coi là phương tây, họ hàng gần xa được coi là phương bắc, nô bộc, tôi tớ coi là phía dưới, sa môn, Bà La Môn, và những vị tu hành đức cao vọng trọng là phía trên. Trên thực tế sáu hướng này đã bao gồm mạng giao tế giữa các phương diện trong cuộc sống. Kinh phân chia một cách rõ ràng vai trò của mỗi người, thí dụ cha mẹ phải có trách nhiệm với con cái như thế nào, còn con cái nên đối với cha mẹ như thế nào; ngoài ra trong mối quan hệ thầy trò, nhân viên và lãnh đạo phải có trách nhiệm như thế nào...

Nói về đạo lý trong cuộc sống vợ chồng, kinh chỉ rõ, có năm điểm mà người chồng cần chú ý trong đối đãi với vợ: 1/ Đối đãi nhau đúng lễ, 2/ Uy nghiêm không đùa bỡn, 3/Áo quần ăn uống tạm đủ, 4/ Cung kính tôn trọng đúng lúc, đúng nơi, 5/ Biết cách giao việc cho vợ.

Mà vợ đối với chồng cũng cần chú ý năm điểm sau đây: 1/ Khi đứng phải đứng dậy trước, 2/ Khi ngồi phải ngồi sau, 3/ Nói lời hòa nhã, 4/Tôn trọng và thuận theo chồng, 5/ Luôn lắng nghe chồng.

Mặc dù do thời gian và không gian có sự khác biệt, nên những điều này chưa hẳn đã thích hợp trong cuộc sống hiện nay, nhưng chúng đã truyền đạt được nguyên tắc kính trọng, tin tưởng lẫn nhau, dù trong xã hội nào thì những điều này vẫn được đề cao.

2. Trong cuộc sống hằng ngày phải có thời gian làm việc và nghỉ ngơi hợp lý

Là một cư sĩ tại gia nên phải có một thời gian làm việc và nghỉ ngơi một cách hợp lý, không nên ăn uống thiếu chừng mực, ăn chơi trác táng hoặc rượu chè bê tha.

3. Bổ sung thêm nhiều kiến thức bổ ích

Nếu một người chỉ kết giao với những người bạn rượu thì sẽ rất khó để có một thái độ sống khỏe mạnh, bình thường. Nho giáo chủ trương : kết bạn với người chính trực, kết bạn với người độ lượng và kết bạn với người giàu kiến thức. Kết bạn nên tìm những người thẳng thắn, không vụ lợi; nhưng người "thẳng thắn" không nhất định phải là người "thẳng thắn có sao nói đấy", những người thẳng thắn không nhất định phải nói thẳng, nhiều khi nói thẳng quá sẽ gây ra thị phi. Người có độ lượng là người có thể thông cảm tha thứ, khoan dung cho bạn. Người giàu kiến thức là những người nhiều kinh nghiệm sống.

Trong Phật giáo có một danh từ chỉ cho bạn tốt là "thiện tri thức". Phật Thích Ca Mâu Ni khích lệ chúng ta nên tiếp cận nhiều với thiện tri thức và tránh xa ác tri thức, đồng nghĩa với câu "cận quân tử nhi viễn tiểu nhân – gần gũi với bậc quân tử, tránh xa kẻ tiểu nhân" mà Nho giáo nói. Nhưng thiện tri thức là gì? Những người mang lại lợi ích vật chất lẫn tinh thần đúng phép đều là thiện tri thức. Còn về bản thân chúng ta, cho dù vẫn chưa phải là thiện tri thức nhưng cũng cần phải học cách để trở thành lương tri thức của người khác.

4. Nỗ lực hết trách nhiệm, không màng đến lợi ích

Nhiều người thường than phiền nói rằng vợ mình không ngoan hiền hoặc chồng mình không trung thực, mẹ chồng không biết thông cảm, con dâu không khéo léo, con cái không hiếu thuận… rốt cuộc ai là người không tốt? Tôi nghĩ rằng tất cả những người hay than phiền kia là những người không tốt. Thực ra chỉ cần coi những người trong gia đình mình là Bồ-tát, nỗ lực hết trách nhiệm của bản thân mình thì ít nhất bản thân bạn cũng không thấy hổ thẹn, làm được như vậy thì lẽ gì phải oán giận người khác.

Sở dĩ có những gia đình vì chuyện phân chia việc nhà chưa thỏa đáng hoặc thậm chí nguyên nhân làm gia đình xáo trộn mà sinh ra mâu thuẫn là do nội tâm họ có vấn đề; nếu không phải coi người nhà như kẻ thù thì cũng coi người nhà như món tài sản để chi phối.

Từng có một cặp nam nữ tìm gặp tôi, vừa gặp họ liền nói: Thưa sư phụ, chúng con chuẩn bị làm đám cưới.

Tôi nói: Chúc mừng! Chúc mừng!

Họ nói: Sau này chúng con mà cãi vã thì nhờ sư phụ đến phân giải giúp.

Tôi nói: Mong hai con đừng có tự mình tìm đến rắc rối như vậy, hai con vẫn còn chưa kết hôn đã chuẩn bị cãi vã.

Sau khi nghe tôi nói xong, người con trai nói với bạn gái của mình: Em nghe thấy chưa? Về sau nhớ phải nghe lời anh đấy, không được cãi vã với anh đâu nhé.

Người con gái lại nói rằng : Không đúng, phải là anh nghe lời em chứ, không được tranh cãi với em, có như vậy chúng ta mới không làm phiền đến sư phụ."

Thực tế, đôi nam nữ này chưa kết hôn nhưng đã bắt đầu cãi vã.

Con người là thế, sẽ rất khó để vợ chồng không xảy ra cãi vã. *Lục Phương Lễ Kinh* nói trên đã nói rất rõ cho chúng ta biết nên làm thế nào để nỗ lực hết nghĩa vụ của mình, đối với người thân nên có trách nhiệm như thế nào, đối với cha mẹ nên có nghĩa vụ như thế nào? Đối với con cái nên như thế nào? Nếu mọi người đều biết làm thế nào để diễn tốt vai diễn của mình, có trách nhiệm như thế nào thì đôi bên sẽ không phải oán trách lẫn nhau.

5. Từ bi không có kẻ địch, trí tuệ không sinh ra phiền não

Có hai vị cư sĩ Hộ pháp của Pháp Cổ Sơn vì công ty làm ăn không khả quan mà bị cho thôi việc, tôi hỏi một người trong họ rằng : "Công việc của con thế nào?"

Anh ta rất từ tốn trả lời rằng : "Thưa sư phụ, sư phụ không phải lo lắng đâu."

Thực ra tôi chỉ quan tâm tới anh ta chứ không phải lo lắng, nhưng anh ta lại bình tĩnh hòa nhã được như vậy, nếu là người khác chắc sẽ phàn nàn cả một hồi.

Tình cảnh của cư sĩ thứ hai thì còn đáng buồn hơn. Liên tục trong mấy tháng trước khi bị cho thôi việc, lãnh đạo cơ quan yêu cầu anh ta làm thêm giờ vì anh ta là người phụ trách một bộ phận, nhưng làm thêm giờ không được thêm tiền. Mọi người đều nghĩ rằng sau đợt này anh ta sẽ được thăng chức nhưng không ngờ sau khi công việc kết thúc anh ta lại bị cho thôi việc. Hầu hết mọi người khi gặp phải chuyện như thế này đều sẽ bất bình, giận dữ, nhưng anh ta lại không hề tức giận, vì anh ta nghĩ rằng bản thân mình đã học được nhiều thứ và trưởng thành hơn. Nhưng nhiều người lại bất bình thay cho anh ta, họ cho rằng ông lãnh đạo của anh ta thật chẳng ra gì.

Sau vài tháng xảy ra sự việc đó, tôi có hỏi anh ta: "Con đã có dự định công việc gì chưa?"

Anh ta đáp: "Thưa sư phụ, con đã tìm được công việc mới".

Tôi nói: "Đó là vì con rất bình tĩnh nên mới có thể tìm lại được công việc mới nhanh như vậy".

Thực tế cho thấy, gặp phải tình huống như vậy có tức giận cũng không giải quyết được gì, vậy thì cớ sao phải tức giận? Chi bằng hãy chấp nhận sự thật, dũng cảm đối mặt và sửa chữa, đây là một ví dụ rất hay trong việc áp dụng Phật giáo trong cuộc sống đời thường

Chương 10
Đời là gì?

Nhiều người hỏi tôi rằng: Bản chất của nhân sinh là gì? Ý nghĩa của nhân sinh là gì? Giá trị nhân sinh nằm ở đâu? Mục tiêu nhân sinh là gì?

Ý nghĩa của nhân sinh nằm ở chỗ có trách nhiệm và chịu trách nhiệm. Trong cuộc đời của mỗi con người từ khi sinh ra cho đến khi chết đi phải đóng rất nhiều vai diễn: làm con cái, làm cha mẹ; làm học sinh, làm thầy giáo; làm đồng nghiệp, làm lãnh đạo, làm cấp dưới, làm bạn bè.

Nếu không nỗ lực hết trách nhiệm thì vai diễn sẽ được gọi là "nửa ông nửa thằng", thông thường chúng ta hình dung ra một hình dáng rất kỳ quái thì được gọi là nửa ông nửa thằng. Nếu nhìn từ góc độ tiêu chuẩn luân lý để đánh giá bản thân mình, chúng ta thường phát hiện bản thân mình cũng thuộc vào dạng "nửa ông nửa thằng", vì chỉ cần có một vai diễn nào đó không đủ tận tâm sẽ trở thành "nửa ông nửa thằng" ngay.

I. Giá trị của cuộc sống nằm ở sự cống hiến

Giá trị của của cuộc sống là gì? Nhiều người cho rằng một người có danh tiếng, địa vị, quyền lực, có tiền thì thể hiện rằng giá trị của anh ta lớn. Song những điều này rốt cuộc được coi là giá trị hay không ? Có thể coi là như vậy nhưng cũng có thể không. Còn phải xem sự cống hiến của anh ta với xã hội nhân loại như thế nào, nếu không có cống hiến, chỉ có địa vị, chỉ có tiền, hoặc chỉ có danh tiếng thì giá trị của anh ta sẽ có hạn.

Sự cống hiến cũng phải bắt đầu từ trách nhiệm và từ các phương diện khác nhau cũng phải nỗ lực hết trách nhiệm, tạo ra được sự

cống hiến.

Trên thế giới này, những mối liên hệ trực tiếp với chúng ta không nhiều, nếu bảo bạn nhớ lại trong ký ức những cái tên có quan hệ với bạn xem bạn nhớ được bao nhiêu người? Tôi tin rằng không nhiều, có lẽ sẽ có rất ít người có thể viết ra được 1.000 cái tên có liên quan đến họ. Ai cũng quanh đi quẩn lại có mấy người thân là hết, nhưng nếu bảo họ viết tên những người có quan hệ gián tiếp với họ thì con số đó sẽ rất nhiều.

Nói đến trách nhiệm có thể chỉ cần nói đến một sự việc hay đối tượng nhất định nào đó, nhưng nếu nói đến cống hiến thì lại không phải như vậy, bất luận bạn có đóng đạt vai diễn hay không thì trong bất kỳ hoàn cảnh nào và đối với bất kỳ đối tượng nào đều sẽ có cơ hội cống hiến. Cho dù bạn có mối quan hệ trực tiếp với anh ta hay không đều có thể tạo ra những cống hiến giống nhau.

Thí dụ bạn đang đi trên đường thì gặp một cậu bé muốn sang đường, bạn hoàn toàn không có trách nhiệm phải đưa cậu bé đó sang đường, nhưng lúc này lại là cơ hội để cống hiến. Có thể nhiều người nghĩ rằng : Để cậu ấy tự sang đường chắc cũng không có vấn đề gì đâu, ta không có thời gian nên cứ đi thôi. Nhưng nếu không may cậu bé đó bị xe va phải thì bạn đã để mất cơ hội cứu người, lẽ nào ta không tiếc một mạng người sao?

II. Đảm nhận trách nhiệm cống hiến

Vì thế cống hiến không nhất định trong phạm vi có quan hệ trực tiếp với mình, có thể lớn cũng có thể nhỏ, có thể gần cũng có thể xa. Lớn thì có thể mở rộng ra phạm vi toàn thế giới, thậm chí cả nhân loại, chúng ta đều nên đảm nhận nhiệm vụ cống hiến, hi sinh. Mặc dù ý nghĩa của cuộc sống là phải sống có trách nhiệm, chỉ cần làm tốt vai trò hiện nay của mình là đủ, nhưng đó chỉ là bổn phận chứ chưa thể nói là đã cống hiến được gì.

Trong thời gian tôi du học tại Nhật Bản, Đông Sơ tiên sinh phát hiện thành phố Đài Bắc có mấy ngôi chùa phát sinh tranh chấp, ngài liền viết cho tôi một bức thư nói: "*… Phật giáo ngày nay thật thảm thương, công việc nâng cao Phật giáo thì không ai làm được, quyền tài sản trong chùa thì tranh nhau…*". Tranh chấp xảy ra không chỉ trong bản thân đệ tử của Phật giáo mà chính quyền cũng tranh chấp, nói rằng những ngôi đền đó là từ thời Nhật đánh chiếm, do người Nhật xây dựng nên thuộc về quân địch và bây giờ thu hồi về cho chính phủ. Nhưng sư phụ lại động viên chúng tôi

rằng : “Bây giờ mọi người chỉ giành nhau đền chùa mà không muốn giành Phật pháp, lấy Phật pháp để cứu cái tâm con người, chúng ta phải có trách nhiệm giành cứu lấy vận mệnh của Phật pháp”.

Vì thế nếu nói Phật giáo chỉ biết xây dựng, tu bổ chùa miếu thì chẳng ích lợi gì nhiều. Chỉ có nỗ lực bồi dưỡng người tài, người biết hi sinh để truyền bá chính pháp, có cống hiến cho xã hội mới là phương pháp căn bản. Thí dụ Phật giáo ngày nay có cống hiến rất lớn cho xã hội, thể hiện được giá trị tồn tại của Phật giáo. Giống như trận bão Hạ Bác trước đây đổ vào đất liền làm cho Nông thiền tự cũng phải chịu thiệt hại, chùa bị ngập trong nước sâu một mét trong hai ngày liền, gây ra nhiều tổn thất. Nhưng tôi nói với các đệ tử của Pháp Cổ Sơn rằng : “Mặc dù chúng ta bị nước nhấn chìm nhưng hãy phát động mọi tín chúng cùng hưởng ứng công việc cứu nạn”. Cuối cùng mọi người quyên góp được 300 vạn tệ. Điều này thể hiện được giá trị chính diện của tập thể Phật giáo Pháp Cổ Sơn đối với xã hội.

Đồng thời mấy năm trước chùa Nông thiền của Pháp Cổ Sơn chúng tôi có tổ chức các nhóm tu thiền, đối tượng là từ học sinh cấp một cho đến học sinh cấp hai, cao đẳng, đại học, giáo viên, công nhân viên chức và các thành phần nhân sĩ trí thức trong xã hội đều tham gia các khóa tu thiền theo đặc trưng của lứa tuổi, nghề nghiệp, trình độ… Ví dụ khóa tu “trại tu thiền dành cho giáo viên”, “trại tu thiền dành cho nhân sĩ trí thức”…

Rất nhiều thành phần xã hội tham gia các khóa tu thiền này. Do đây là những khóa tu học miễn phí, nên khi kết thúc khóa tu, nhiều người đến hỏi tôi: “Thưa thầy, làm thế nào để công đức cho Pháp Cổ Sơn?”

Tôi nói: “Tôi chỉ mong rằng những điều quý vị đã nghe giảng, đã tu tập trong suốt quá trình tham gia các khóa tu này sẽ là những phương pháp hữu hiệu giúp quý vị điều phục thân tâm, mang về nhà, mang vào nhà trường chia cho những người hữu duyên thì đấy là cách công đức lợi ích nhất cho Pháp Cổ Sơn.”

Trong đó có vị giáo sư không hiểu, hỏi tôi: “Nếu chỉ như thế thì e rằng Pháp Cổ Sơn sẽ lỗ vốn mất, thế thì đâu còn tiền để xây dựng cơ sở hạ tầng gì nữa?”

Tôi nói: “Chúng tôi phụng sự quần chúng nhân dân càng tốt thì người đến ủng hộ chúng tôi càng nhiều”.

Nhân đó tôi nói với mọi người rằng : "Quý vị đến Pháp Cổ Sơn tham gia các khóa tu thiền cũng ví như nhà kinh doanh đến nhập hàng cho các đại lí phân phối, sau khi trở về, các nhà đại lí sẽ là nơi tiếp tục mang hàng hóa đến tận tay người dùng. Quý vị cống hiến cho xã hội chính là quý vị thay chúng tôi làm việc, được thế đã xem như là thu hoạch lớn của chúng tôi."

IV. Mục đích của cuộc sống là thụ báo, hoàn nguyện và phát nguyện

Thụ báo tức nhận chịu quả báo tốt hoặc xấu do những việc đã làm trong quá khứ; cho dù là ở kiếp này, kiếp trước hay quá khứ bao la đã làm bất kỳ một việc gì thì chỉ cần một kiếp trong đó có nhân duyên chín muồi thì sẽ phải tiếp nhận quả báo; làm việc tốt sẽ nhận được thiện báo, làm việc xấu sẽ nhận được ác báo, cho đến khi thành Phật rồi vẫn phải thụ báo, vì kiếp nạn có quan hệ với chúng sinh vô cùng vô tận, ân ân oán oán vướng mắc chưa được rõ ràng.

Khi con người ta nhận thiện báo sẽ cho rằng mọi thứ là đương nhiên, nhưng khi nhận phải khổ báo thì trong lòng không phục, luôn cảm thấy bản thân mình trong kiếp này chưa làm một điều xấu gì, tại sao lại phải chịu ác báo.

Từ quá khứ cho đến hiện tại không biết đã có bao nhiêu nguyện ước. Khi còn nhỏ chúng ta đã có rất nhiều điều ước: "Sau này lớn lên, mình sẽ..., sau khi tốt nghiệp, mình sẽ..., nếu lấy chồng, mình sẽ..., nếu mình làm mẹ, mình sẽ..., nếu mình làm giáo viên, mình sẽ...". và trong cuộc sống này có nhiều điều ước đã thành hiện thực.

Khi còn nhỏ tôi rất thích đọc sách, nhưng thời đó không dễ dàng để tìm được sách, khi đó một đồng nghiệp trong quân đội nói với tôi: "Người anh em thích đọc sách như vậy thì sau này hãy mở một cửa hàng bán sách để đọc cho thỏa thích".

Tôi nói: "Mở một cửa hàng sách chỉ có vài quyển, số lượng sách có hạn, tại sao không phải là mở một thư viện?"

Anh ta nói: "Mở cửa hàng bán sách còn có thể kiếm tiền, có thể duy trì cuộc sống. Còn nếu mở một thư viện thì chỉ có bù thêm tiền, không có một ích lợi gì".

Việc kiếm được tiền hay không tôi chưa hề nghĩ đến, tôi chỉ nói

với anh ta rằng : "Sau này nhất định sẽ mở một thư viện".

Anh ta nói: "Vậy thì anh hãy cứ mở đi."

Sau lần đó tôi quả thực hoàn toàn không biết có cơ duyên để thực hiện hay không ; 30, 40 năm qua đi cơ hội cuối cùng cũng đến, tôi sáng lập ra phòng nghiên cứu Phật học Trung Hoa, kèm theo cả thư viện có vài nghìn đầu sách, sau này thư viện chuyên ngành Phật giáo Pháp Cổ Sơn dự tính có 20 vạn đầu sách, và còn có Thư viện Tổng hợp Đại học Xã hội nhân văn Pháp Cổ Sơn. Ước nguyện của tôi dần dần thành hiện thực. Vì thế, ước nguyện là một loại động lực, đã có ước nguyện thì sẽ phải thực hiện vì thế hoàn nguyện cũng là một mục tiêu của cuộc sống.

Có người khi tham gia khóa tu thiền của chúng tôi, tôi cũng thường khích lệ họ nên có nguyện ước. Thí dụ khi chân bị đau nên nghĩ rằng : "Chưa nghe thấy tiếng khánh của chùa thì chân dù có tê mỏi thế nào cũng nhất định không duỗi". Sau khi tự nhủ như vậy phần lớn mọi người vẫn duỗi chân ra để đổi thành tư thế khác, vì thực tế chân đã quá đau. Nhiều người sau khi tự nhủ nhiều lần đã không dám tự nhủ nữa vì cảm thấy không thực hiện được, vậy thì vì sao phải tự nhủ. Nhưng tôi vẫn khuyến khích mọi người hãy cứ tự nhủ một lần rồi lại một lần nữa, dần dần sẽ càng kiên trì được, ước nguyện cũng dần thành hiện thực, nếu chỉ dám ước một lần rồi thôi thì ước nguyện đó sẽ không đủ mạnh.

Các đệ tử Phật giáo mỗi buổi sáng và buổi tối đều phải đọc thuộc *Tứ hoằng thệ nguyện*: "Chúng sinh vô biên thệ nguyện độ/ Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn/ Pháp môn vô lượng thệ nguyện học/ Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành." Nhiều người sau khi nguyện ước mà xảy ra tranh cãi với người thân, đồng nghiệp thì trong lòng luôn cảm thấy buồn, hối hận, tâm tưởng vừa nguyện rằng phải độ chúng sinh, đoạn tuyệt với phiền não, bây giờ lại phản bội lại lời thệ nguyện. Nhưng tôi nói với họ rằng, chỉ cần thệ nguyện nhiều lần thì tình hình sẽ được cải thiện, sức mạnh của lời nguyện cầu sẽ dần dần tăng thêm.

V. Tầng thứ của lời thệ nguyện

Nguyện thệ hay còn được gọi là phát đạo tâm, phát Bồ đề tâm, từ phàm phu đến thành Phật, có thể chia thành năm tầng thứ.

1. Nhân đạo

Chữ đạo trong chữ "đạo tâm" giống như một lộ trình trong cuộc

sống. Lịch trình và phương hướng của sinh mệnh được gọi là đường nhân sinh.

Con người ta sống trong thế giới này đều có con đường đi cho riêng mình, hơn nữa đều có mục tiêu nhân sinh dài ngắn cho hành trình, học tập là mục tiêu gần nhất trong tầm tay, nhìn xa hơn về phía trước, vì thế trên con đường nhân sinh nhất định sẽ bước từ những bước đi đầu tiên, sau rồi cứ thế tiến từng bước nhẹ nhàng.

Vì thế có thể thấy, phát đạo tâm phải bắt đầu từ bước đi làm người, làm tốt bổn phận của một người, trang bị đầy đủ nhân cách và phẩm đức. Nếu ngay cả những điều kiện cơ bản nhất để làm người cũng không có được thì sẽ có người chửi cho rằng "miệng nam mô bụng bồ dao găm".

Vì sao lại thế? Thứ nhất, họ thật sự rất đáng thương, không biết làm thế nào để trở thành người tốt. Thứ hai, họ không thể tự chủ, khi chịu sự cám dỗ, kích thích, uy hiếp của môi trường không làm chủ được bản thân.

Lý tưởng của Pháp Cổ Sơn là "nâng cao phẩm chất, xây dựng nhân gian tịnh độ", bắt đầu từ nền tảng con người, hi vọng mọi người trang bị thân phận của mình, diễn tốt vai diễn của mình, thể hiện một cách đúng mực. Cũng chính là nói, muốn phát đạo tâm thành Phật đầu tiên hãy tự nhủ bản thân phải là một người tốt.

2. Thiên đạo

Hành nhân đạo chỉ là sự nỗ lực hết bổn phận, hết trách nhiệm; tu hành thiên đạo lại là sự cống hiến, phục vụ của mình với đại chúng xã hội, coi toàn thế giới trở thành phạm vi quan tâm, cống hiến, phục vụ của mình. Những người có tâm lượng như vậy mới làm được nhiều việc lớn, mới tích lũy được công đức thiên quốc.

Nhưng người hành thiên đạo chỉ nghĩ đến con người ở trái đất này mà không nghĩ đến nửa còn lại của thế giới, cũng không nghĩ đến chúng sinh khác và cái tâm luôn phải có suy nghĩ theo đuổi thiên phúc.

3. Giải thoát đạo

Tiếp theo là giải thoát đạo. Đó là phải gạt sang bên thế giới thân tâm tứ đại, ngũ uẩn, khiến nghiệp ác không khởi lên, phiền não không sinh, vượt qua bể khổ sinh tử của ba cõi.

4. Bồ-tát đạo

Hành Bồ-tát đạo là con đường thiện và công đức của đạo giải thoát, không chỉ có thể kết lương duyên trong quảng đại nhân gian mà càng có thể coi tất cả chúng sinh của mười phương ba đời trở thành đối tượng phục vụ, cống hiến, quan tâm, vả lại làm thiện không có nghĩa là vì cầu phúc đáp. Đại thừa Phật pháp luôn khích lệ con người ta hành đạo Bồ-tát, người hành đạo Bồ-tát nhất định phải bắt đầu từ hứa nguyện, phát nguyện, hoàn nguyện.

5. Phật đạo

Cuối cùng, tầng cao nhất là Phật đạo, chính là "vô thượng Bồ đề tâm", là "A-nậu-đa-la Tam-miệu- tam-bồ-đề". Bát nhã Tâm Kinh, Kinh Kim Cương và nhiều kinh điển khác đều khích lệ chúng ta phát tâm cầu vô thượng chính đẳng chính giác, không chỉ có một trái tim nhân đạo và thiên đạo mà còn phải có trái tim giải thoát đạo, trở thành tâm Bồ- tát đạo, khi trở thành Bồ-tát tâm viên mãn, cũng là khi hoàn thành được con đường Phật vô thượng.

Chương 11
Sự tôn nghiêm của sinh tử

Sinh và tử là một chủ đề rộng lớn và sâu sắc. Những người khác nhau có những quan điểm và lập trường khác nhau. Trong khoảng 30 năm trở lại đây, chủ đề này dần dần nhận được sự quan tâm của các nhân sĩ phương Đông, phương Tây, được nhiều học giả thảo luận từ các khía cạnh triết học, tôn giáo, y học…

I. Thực tướng của nhận thức sinh mệnh

Tôi sẽ đứng từ quan điểm Phật pháp và kiến thức về Phật pháp để nói rõ về những trải nghiệm và quan sát về sinh tử.

1. Do sự bất lực, khó xử của cuộc đời chuyển biến thành sự khẳng định khả ái, khả quý của rất nhiều người, đó là mặt trái của cảm xúc nhân sinh, cho rằng nhân sinh là điều gì đó ngoài tầm kiểm soát, là sự dày vò, là một gánh nặng, đây chính là định kiến do không hiểu biết Phật pháp gây ra. Phật nói: "Nhân thân nan đắc, Phật pháp nan văn - Thân người khó được, Phật pháp khó nghe". Phải khai ngộ thành Phật, thành tựu pháp thân huệ mệnh, chỉ có trong quá trình sinh mệnh của con người, lấy sắc thân (sinh mệnh da thịt) của chúng ta để nghe Phật pháp, tu hành Phật pháp mới có thể đạt được mục đích tu hành.

Hoặc nhiều người sẽ cho rằng, tu hành là chỉ có thể tu trên nước Phật, tu ở cõi tịnh độ, quan niệm này sai hoàn toàn. Vì nhiều vị Phật đều tu hành trong nhân gian mà trở thành Phật, không phải lấy hình thái khác nhau của chúng sinh để thành Phật. Vì thế, trước tiên nhất định phải có thân thể của con người mới có thể có trái tim Bồ- tát, tu Bồ-tát đạo, sau đó thành Phật. Vì thế nói sống vì mọi người là rất đáng quý.

2. Sự sinh ra và chết đi có quan hệ mật thiết với nhau và không thể tách rời. Khi sinh ra đã xác định rằng việc chết đi là điều tất nhiên. Được sinh ra không nhất định đã là niềm vui, còn chết đi cũng không nhất định là bi ai, nếu cuộc sống không có sự tôn nghiêm thì làm sao có niềm vui? Nếu chết đi cũng không có sự tôn nghiêm thì hà tất phải có bi ai?

Nếu biết rằng sinh tử là quá trình tự nhiên thì bản thân sinh mệnh đã là sự tôn nghiêm. Vì thế, sự sinh tồn không phải là phiền phức, đáng thương, chết đi cũng không cần cảm thấy đó là sự bi ai; mà phải nhìn vào thái độ của chúng ta đối với sự sinh tồn và chết đi.

Nếu sống mà không biết sỉ nhục, vậy thì chết đi cũng có gì là đáng tiếc. Cuộc sống có gì là vui? Ngược lại, nếu chết đi mà giành được sự tôn nghiêm thì chết đi cũng có gì là bi thương ?

3. Danh dự của cuộc sống là sự trải nghiệm và thể hiện từ ý nghĩa, giá trị và mục tiêu của cuộc sống.

Sinh mệnh của con người chính là một giai đoạn, quá trình trong sự sống và cái chết. Danh dự cuộc sống có thể xác định từ các phương diện quan hệ luân lý, góc độ xã hội, phán đoán lịch sử, lý luận triết học và niềm tin tôn giáo…

Dưới đây là thảo luận ý nghĩa, giá trị và mục tiêu nhân sinh nhìn từ góc độ của đệ tử Phật giáo:

Ý nghĩ của sinh mệnh: Từ lập trường Phật giáo, sự sống là vì thụ báo và hoàn nguyện mà tồn tại. Trước đây đã hứa nguyện bao lần thì nhất định phải thực hiện lời hứa đó; trước đây đã làm những việc gì thì nhất định sẽ chịu sự báo ứng. Vì thế, có thể nói sinh mệnh tồn tại là do thực tế nhân quả.

Giá trị của sinh mệnh: Giá trị của sự sống hoàn toàn không phải do khách quan đánh giá, phán đoán, xác định mà là bản thân tự chịu trách nhiệm, hoàn thành trách nhiệm mà đời người phải làm được, đồng thời nỗ lực vận dụng sự hữu hạn của sinh mệnh để cống hiến lớn nhất.

Mỗi người trong thế giới này phải đóng nhiều vai diễn khác nhau, có thể là cha mẹ, chồng vợ, con cái, cũng có thể là thầy giáo, học sinh, cho dù là vai diễn nào cũng cần phải tận tâm tận lực, dùng mọi năng lực vật chất, tinh thần của bản thân để cống hiến cho thiểu số những người sống quanh mình, không đòi hỏi sự báo đáp nào từ đa số những người trong xã hội, quốc gia và toàn thế giới,

đây chính là giá trị của sinh mệnh; việc làm có lợi cho bản thân và xã hội như này chính là đang tu hành trên Bồ-tát đạo.

Mục tiêu của đời người: Đời người phải có phương hướng rõ ràng, được coi là chốn trở về vĩnh hằng của bản thân.

Đệ tử Phật giáo phải chia sẻ mọi thứ của mình với mọi người, đáp trả công đức cho tất cả chúng sinh; đồng thời phải không ngừng phát nguyện, chỉ có nguyện cầu mới có thể làm mình trưởng thành, cống hiến vô cùng với thái độ siêu việt. Nếu xây dựng được mục tiêu như vậy thì dù cho cuộc sống có ngắn dài thế nào cũng đều có sự tôn nghiêm.

4. Sự sống và cái chết là hai mặt của một chỉnh thể, vì thế sự sinh tồn và chết đi đều là hiện tượng tự nhiên trong hữu hạn không gian và thời gian, chết cũng là một quyền lợi; sống cũng là một trách nhiệm. Khi sống thì tiếp nhận chúng, vận dụng chúng ; khi kết thúc thì cũng tiếp nhận và đối mặt với chúng.

Vì thế đối với người mắc bệnh ung thư ở giai đoạn cuối, tôi sẽ khuyên anh ta rằng : "Không nên đợi đến khi chết, không sợ hãi, sống được thêm một ngày, một giây phút nào đều tốt, phải trân trọng sinh mệnh khi còn sống". Vì sự sống và cái chết đều là hiện tượng tự nhiên trong hữu hạn thời gian; khi không nên chết thì không được chết, mà khi đã phải chết thì cầu sinh cũng không có tác dụng gì.

Sự sống và cái chết có quan hệ mật thiết với nhau. Ai cũng biết rằng khi sự sống bắt đầu cũng là khi phải chuẩn bị tâm lý để đón nhận cái chết. Cái chết có thể xảy đến với bạn bè người thân mình, cũng có thể là bản thân mình, hơn nữa có thể xảy đến bất cứ khi nào; nhưng điều này hoàn toàn không làm chúng ta sợ hãi cái chết, lấy cái chết để đe dọa mọi người, mà là nếu từ bé đã biết đến sự thật của cái chết sẽ có thể giúp trí tuệ chúng ta trưởng thành hơn.

Khi còn trẻ, Phật Thích Ca Mâu Ni phát hiện ra sự thực của sinh mệnh là sinh, lão, bệnh, tử, vậy nên mới thúc đẩy ngài xuất gia tu hành, cuối cùng khi giành được trí tuệ, ngài lại cứu độ thế giới loài người.

Cái chết có thể xảy đến bất cứ khi nào, không ai biết trước; vì thế, biết trước nó sẽ đến nhưng không cần lo lắng khi nào cái chết sẽ đến, chỉ cần biết trân trọng cuộc sống, nỗ lực hết trách nhiệm của bản thân, nỗ lực cống hiến cho dù có sống thêm được một ngày.

Tôi có một đệ tử tại gia, ông ta rất tin vào mệnh lý, nên từng mời rất nhiều thầy về xem tướng cho mình, các thầy bói đều nói rằng ông ta chỉ sống được đến 60 tuổi. Khi 60 tuổi ông ta liền xin nghỉ việc, chia tài sản và đợi cái chết đến. Nhưng đến qua hai năm mà ông ta vẫn sống, ông ta rất hối hận tìm gặp tôi hỏi rằng : "Thưa sư phụ, lẽ ra con đã phải chết rồi nhưng tại sao vẫn chưa chết? Sư phụ biết vì sao không ?"

Tôi nói rằng : "Có thể con đã làm được nhiều việc tốt, tích được nhiều đức nên con đã thay đổi được thời gian cái chết đến".

Tôi lợi dụng cơ hội này khuyên ông ta rằng : "Không nên sợ cái chết, dù có sống được một ngày thì cũng sống có trách nhiệm và cống hiến hết mình, không cần biết khi nào sẽ chết, chỉ cần biết lợi dụng sự quý giá của sinh mạng mới có thể sống tốt."

Cuối cùng ông ta sống đến 80 tuổi mới qua đời.

II. Sự sống từ đâu mà đến?

Cái chết sẽ đi về đâu?

Nhiều người đứng từ lập trường triết học và tín ngưỡng tôn giáo để xây dựng nên lý luận và quan niệm về sự sống và cái chết; có người tin vào thần thông, dùng túc mệnh thông, thiên nhãn thông để nhìn về quá khứ và tương lai; tất cả những điều này chỉ là hi vọng, quan điểm, theo đuổi của con người ta chứ thực chất hoàn toàn không có căn cứ.

Nói tóm lại, thuyết phiếm thần của triết học cho rằng sinh mệnh đến từ chỉnh thể thần, và khi chết đi lại quay trở lại chính nó. Triết học duy vật cho rằng sống và chết đều là hiện tượng vật chất, sống giống như ngọn đèn đang cháy, còn chết đi thì giống như ngọn đèn tắt.

Học giả Nho giáo Trung Quốc từng nói: "Triêu văn đạo, tịch tử khả hỹ" - sáng nghe đạo, chiều chết cũng mãn nguyện vậy!, rồi cả "sống chết có số", "phó thác cho trời", cũng chính là nói sinh tử là do trời định, mặc dù Khổng Tử từng nói: "Vị tri sinh, yên tri tử" – Chưa biết sống, làm sao biết chết." Nhưng trên thực tế Nho giáo chưa từng nói rõ sinh mệnh là gì?

Lão Tử từng nói: "Xuất sinh nhập tử", đã sinh ra thì nhất định sẽ chết đi; và "nhân chi sinh, động chi tử địa" – khi người sống đã

động đến vùng chết.

Khi con người ta còn đang sống thì cửa tử đã mở ra. Vì thế, Lão Tử khuyên chúng ta không cần phải lo lắng về vấn đề sinh tử, chỉ cần "tuân theo tự đạo mà quý trọng các biểu hiện của nó", cũng chính là nói, chỉ cần là người có đạo đức, còn sinh tử hãy để nó tự đến theo lẽ tự nhiên, điều này mới là có đạo lý.

Tôn giáo phương Tây không tin rằng con người có tiền kiếp, họ cho rằng sinh mệnh của con người là do Thượng đế tạo ra, ban tặng cho, khi chết đi cũng là do thượng đế gọi quay về với thiên quốc. Mọi thứ đều do Thượng đế chi phối, không cần phải lo lắng về sự sống và cái chết, cho dù thế nào cũng coi đây là điều vui vẻ, hạnh phúc.

III. Quan điểm về sinh tử của Phật giáo

Đệ tử Phật giáo tin rằng có tiền kiếp, nhưng sự sống từ đâu mà có? Phải chăng phải nhờ thần thông mới biết? Không cần thiết, vì sinh mệnh đã qua là vô hạn, vì thế không cần phải truy cứu kiếp trước của kiếp này rồi kiếp trước của kiếp trước và kiếp trước của kiếp trước nữa để rồi tự thấy bất lực trong vô cùng quá khứ rồi vẫn quay trở lại với câu hỏi kiếp sống này rốt cục bắt nguồn từ đâu. Phật giáo chủ trương chỉ cần tạo ra cống hiến lớn nhất, tu hành một cách tốt nhất, còn lại những điều khác hãy để thuận theo lẽ tự nhiên.

1. Sinh mệnh là một giai đoạn vô cùng của thời gian và không gian

Giai đoạn hiện nay trong cuộc sống của chúng ta chỉ là một giai đoạn trong hành trình cuộc sống vô cùng, vô hạn. Giống như một cuộc hành trình, ngày hôm qua đang ở Đài Loan, ngày hôm sau đã đến Mỹ, Hồng Kông, địa điểm luôn thay đổi, xuất hiện rồi lại biến mất; sinh mệnh cũng như vậy, các giai đoạn nối tiếp nhau. Vì thế, cái chết không đồng nghĩa với sự kết thúc sinh mệnh.

2. Sinh mệnh là hiện tượng sinh diệt, được chia thành ba loại:

Sát-na sinh diệt: Sát-na là từ được dịch âm từ tiếng Phạn, nghĩa là một khoảng thời gian cực kì ngắn ngủi. Tâm lý và sinh lý của chúng ta bao gồm cả tổ chức tế bào trong cơ thể và tâm niệm... đang không ngừng hoạt động thay đổi chất, không ngừng biến động, có sinh có tử, có khởi có diệt.

Một chu kì sinh diệt là quá trình từ khi sinh ra cho đến khi chết đi,

giai đoạn thứ nhất của sinh tử.

Sinh diệt ba đời: Bao gồm quá khứ vô hạn của ba đời, ba đời vô cùng của tương lai, cùng với ba đời vô cùng của hiện tại. Cũng chính là quá khứ, tương lai, hiện tại của quá khứ, quá khứ, tương lai, hiện tại của tương lai, quá khứ, tương lai, hiện tại của hiện tại. Đối với giai đoạn hiện tại của cuộc đời này mà nói, kiếp trước, hiện tại và tương lai chính là sinh mệnh tam thế.

Quan niệm và lý luận như vậy có thể đem lại hi vọng và an ủi cho chúng ta, cũng chỉ ra cho chúng ta thấy trong cuộc sống này luôn có lý do để sống. Khi sắp đối diện với cái chết mà tự sát để kết thúc là không có trách nhiệm với quá khứ, không làm hết trách nhiệm với hiện tại, thậm chí có thể phá vỡ hành trình trong tương lai.

3. Hiện tượng thăng hoa của sự sống và cái chết được chia thành ba loại

Biến dịch sinh tử của bậc thánh: thứ tự tầng lớp từ quả vị La-hán, Bồ-tát cho đến quả vị Phật, cứ thế tiến tu lên từng quả vị cao hơn, như thế gọi là biến dịch. Tức tu hành theo Phật, trưởng thành, thăng hoa sinh mệnh, vì thế, từ bi và trí tuệ được tịnh hóa không ngừng.

Không sinh không tử của trạng thái Niết bàn tịch tĩnh: hai trạng thái trên đều có sinh có tử, nhưng đến quả vị Phật đà sẽ không còn sinh tử tức đã thể nhập cảnh giới đại Niết bàn, vận dụng muôn vàn phân thân để xuất hiện khắp mười phương thế giới, cứu mọi loài chúng sinh trong biển khổ luân hồi. Tuy vẫn còn hiện tượng sinh ra và chết đi nhưng không còn chấp chặt vào sinh tử, không còn bị phiền não quấy nhiễu và làm bất an nữa.

IV. Làm gì để đối diện với cái chết? Làm thế nào để biến cái chết có được sự tôn nghiêm?

1. Ba tầng bậc của cái chết

Từ lập trường của người tu thiền, cái chết có thể chia thành ba tầng hoặc ba thái độ:

Sống chết phụ thuộc vào nghiệp lực: Sống và chết không tự làm chủ được, sống chết một cách mơ hồ.

Sinh tử tự chủ: Biết rõ sự sống và cái chết, đã sống phải sống thật tốt, đã chết phải chết một cách dũng cảm; sống thật vui vẻ và chết

một cách nhẹ nhàng.

Siêu việt sinh tử: Mặc dù có sinh có tử nhưng đối với những người đã giải thoát, siêu việt sinh tử và những bậc đại triệt, đại ngộ thì sống không sống vì lòng tham; chết không còn sợ hãi. Sống và chết không những giống nhau mà thậm chí, về mặt cơ bản không còn tồn tại hai trạng thái sống và chết đó.

2. Tràn đầy hi vọng vào tương lai

Hiện tượng sinh tử, giống như mặt trời mọc và tắt. Da thịt con người mặc dù có hiện tượng sinh tử, nhưng con người ta bản thân đều thanh tịnh Phật tính, vĩnh viễn như mặt trời trong không trung. Vì thế, cái chết không đáng sợ, không phải bi ai; chúng ta nên có một hi vọng tràn đầy về tương lai.

Luôn có một trái tim vui tươi, dũng cảm đối mặt với cái chết, đón nhận cái chết. Với hành vi trong cuộc đời của bản thân, cho dù là thiện hay ác đều phải cảm ơn, vì đó là quá trình tôi luyện, không oán trách, hối hận, kiêu ngạo. Quá khứ sẽ là quá khứ, đón nhận tương lai tươi sáng hơn mới là điều quan trọng nhất bây giờ.

3. Tu hành được vãng sinh, theo tâm niệm

Có sáu nhân tố của trạng thái tâm lí khi chết quyết định tương lai kiếp sau. Sáu nhân tố đó là:

Tùy nghiệp tức phụ thuộc vào nghiệp, chỉ nghiệp thiện hay ác, nghiệp nào nặng hơn sẽ nghiêng về nghiệp đó.

Tùy trọng tức phụ thuộc vào quả báo nặng nhất mà mình đã trả trước, sau đó quả báo sẽ nhẹ dần.

Tùy tập tức phụ thuộc vào tập khí, thói quen. Tuy không từng làm một việc thiện lớn lao hay một việc đại ác nào nhưng có một thói quen nổi trội nhất thì khi mạng chung, thói quen đó chính là năng lực dẫn lối đầu thai cho kiếp sau khi kết thúc mạng sống.

Tùy duyên tức phụ thuộc vào các duyên, ý nói nhân duyên nào chín muồi trước thì đi theo nhân duyên đó.

Tùy niệm tức phụ thuộc vào tâm niệm hiện hữu sau cùng trước khi trút bỏ mạng sống, chính tâm niệm đó sẽ tạo năng lực để thụ báo kiếp tiếp theo.

Tùy nguyện tức phụ thuộc vào tâm nguyện, chỉ tâm nguyện trước

lúc lâm chung của người chết như thế nào thì đó là năng lực giúp họ đi đầu thai ở kiếp tiếp theo.

Môn đồ Phật giáo cần tu hành đến độ tùy niệm và tùy nguyện, nếu rơi vào các loại còn lại thì thật là đáng thương!

Phật tử cũng cần giúp đỡ thực hiện ý nguyện của người sắp lâm chung. Những người trước khi lâm chung thường rơi vào tình trạng hôn mê, mất tự chủ, mất cảm giác, lúc này bạn bè và người thân nên đọc kinh, niệm chú Nam Mô Quan Thế Âm Bồ-tát bằng cả sự thành kính, hoặc ngồi thiền bên cạnh họ, dùng sức mạnh của thiền định và niềm tin vào Đức Phật từ bi giúp thần thái họ thanh tịnh, không mê muội, đạt đến trạng thái an định, có như vậy thì linh hồn họ mới siêu thoát và có thể siêu sinh tịnh độ hoặc đầu thai kiếp khác.

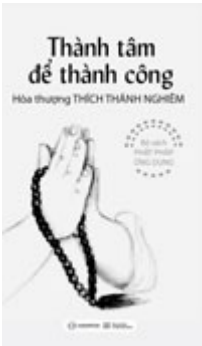
Thứ nữa là giúp họ được, siêu thoát trong bình an và yên tĩnh. Nguyên tắc của sự tôn nghiêm về cái chết là không được phá rối sự bình an và tĩnh mịch, không để người chết ra đi trong đau khổ dù là về thể xác hay tinh thần, hay làm bất cứ việc gì có hại cho họ. Sự ra đi bình yên chính là tôn nghiêm của cái chết, không nên dùng các thiết bị cấp cứu đòi lại mạng sống của họ, không được khóc lóc thảm thiết, kêu trời kêu đất. Điều quan trọng là để họ ra đi được bình yên, thanh tịnh, vui vẻ rời xa nhân gian sang thế giới bên kia.

GIỚI THIỆU SÁCH CÙNG BỘ

Dùng thiền tâm thay thế phiền tâm

Trong cuốn sách nhỏ này Hòa thượng Thích Thánh Nghiêm đề cập tới ba vấn đề: mối quan hệ qua lại giữa cá nhân và tập thể trong công việc, diệu pháp nâng cao phẩm chất cá nhân trong

công việc; và bí quyết tu hành chủ yếu trong Phật pháp. Căn nguyên phiền não trong công việc đa phần là do người ta không cam chịu và không bằng lòng với những thứ được – mất, thành – bại. Nếu người ta có thể dung hòa cái tôi cá nhân nhỏ bé vào tập thể to lớn bằng thiền tâm, mở rộng cái nhìn hẹp hòi của cá nhân thì mới có thể khiến bản thân trưởng thành cùng với sự trưởng thành của tập thể.



Thành tâm để thành công

Làm thế nào để lãnh đạo tốt doanh nghiệp mà vẫn giữ tâm thanh thản? Hòa thượng Thánh Nghiêm cho rằng nếu bạn là một ông chủ, một nhà quản lý, bạn cần loại bỏ bớt thắng thua được mất trong lòng phải luôn hướng tới sự thành tâm, lòng tín nghĩa và danh dự. Ngoài việc đối đãi rộng lượng với nhân viên, bạn cần phải giữ tinh thần phục vụ khách hàng tận tình cùng với tín nghĩa và danh dự của công ty là chiếc chìa khóa giúp bạn đạt được thành công.